

# 12 PREMIÈRES NATIONS DU QUÉBEC : DIABÈTE

Le chapitre 12 de l'Enquête régionale sur la santé des Premières Nations du Québec (ERS, 2008) brosse un portrait complet de la prévalence du diabète selon le sexe, l'âge, la nation et la zone géographique. Étant donné qu'il constitue un résumé de l'information contenue dans le chapitre 12, le présent document pourrait donner lieu à des interprétations différentes. Pour bien comprendre les résultats de cette enquête, le lecteur est invité à lire le chapitre intégral.

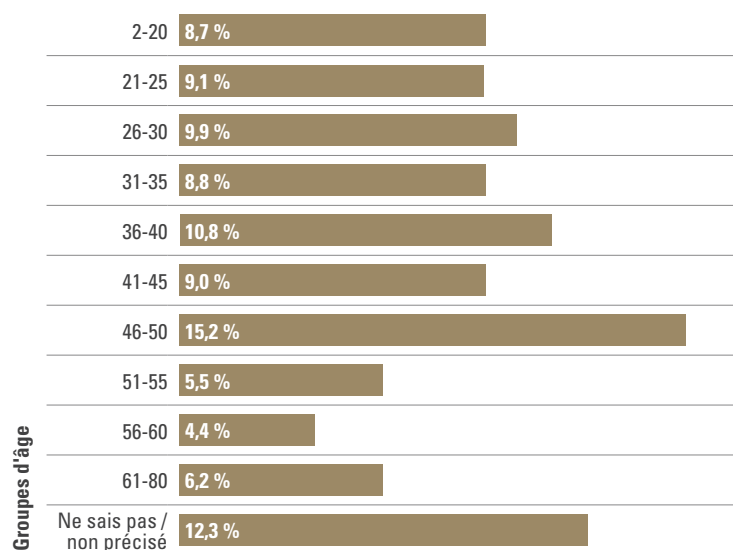
Le diabète est une maladie résultant de l'incapacité à traiter le glucose, ce qui entraîne une accumulation de glucose dans le sang appelée hyperglycémie. Il existe trois types de diabète. Le type 1 est une maladie causée par le manque ou l'absence de production d'insuline par le pancréas. Le type 2 est la conséquence d'une mauvaise utilisation de l'insuline dans l'organisme; il se manifeste plus tard et est souvent causé par l'obésité ou l'inactivité. Le diabète gestationnel se développe pendant la grossesse et peut avoir des conséquences pour la mère et l'enfant, notamment la cécité, l'insuffisance rénale, la gangrène et les maladies cardiovasculaires.

## Prévalence

Les données collectées durant cette enquête ont révélé qu'un participant adulte sur six (17,5 %) avait reçu un diagnostic de diabète. La vaste majorité de ces diagnostics était de type 2, c'est-à-dire 13,5 % des adultes diagnostiqués, tandis que 1,5 % souffraient du diabète de type 1 et 1,0 % du diabète gestationnel (dans 1,5 % des cas, le type de diabète n'était pas précisé). Chez les femmes, le taux de diabète est stable depuis l'enquête de 2002 (il est passé de 16,4 % à 16,9 %). Pendant la même période, une hausse a été observée chez les hommes, le taux de diabète est passé de 12,5 % à 18 %. En 2008, nous avons vu pour la première fois une plus grande prévalence chez les hommes (18,0 %) que chez les femmes (16,9 %).

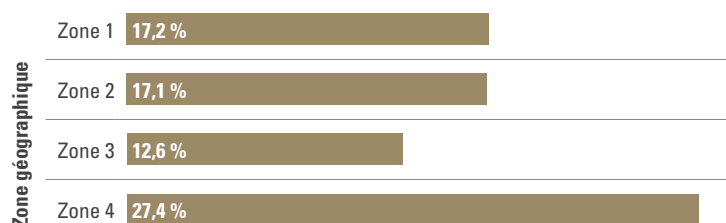
Comme le montre la figure 1, même si le diabète de type 2 se manifeste habituellement plus tard dans la vie, 47,3 % des répondants ont reçu un diagnostic de diabète avant l'âge de 40 ans, 36,5 % avant l'âge de 35 ans et 8,7 % avant l'âge de 20 ans.

**Figure 1 : Âge au diagnostic de diabète (N=3521)**



La figure 2 montre que la prévalence du diabète est plus grande dans les communautés qui n'ont pas accès toute l'année à une clinique de santé (zone 4)<sup>1</sup> que dans les communautés des autres zones. (Zone 4=27,4 %; zone 1=17,2 %; zone 2=17,1 %; zone 3=12,6 %).

**Figure 2 : Prévalence du diabète chez les adultes des Premières Nations, par zone (N=18 713)**



## Diabète, obésité, diète et statut socioéconomique (SSE)

Le diabète, particulièrement celui de type 2, est souvent lié à l'obésité et à un mode de vie malsain. Cette enquête a confirmé le lien entre l'obésité et le diabète, mais met aussi en évidence l'importance de comprendre le contexte où ils se manifestent. Elle a constaté que la privation, liée à un SSE faible, a un effet marqué sur le bien-être, car elle influence des aspects importants comme la sécurité alimentaire, l'environnement physique et les services de santé. Quand on regarde la prévalence du diabète et du bien-être, il faut porter attention à l'ensemble du contexte pour traiter adéquatement ce problème.

### <sup>1</sup> Zones géographiques

La mesure de l'isolement géographique est basée sur un système de zones élaboré par Affaires autochtones et du Nord Canada (AANC).

Zone 1 : La communauté est située à moins de 50 km d'un centre de services relié par une route d'accès ouverte toute l'année.

Zone 2 : La communauté est située entre 50 et 350 km d'un centre de services relié par une route d'accès ouverte toute l'année.

Zone 3 : La communauté est située à plus de 350 km d'un centre de services relié par une route d'accès ouverte toute l'année.

Zone 4 : La communauté n'a pas de route d'accès ouverte reliée toute l'année à un centre de services.

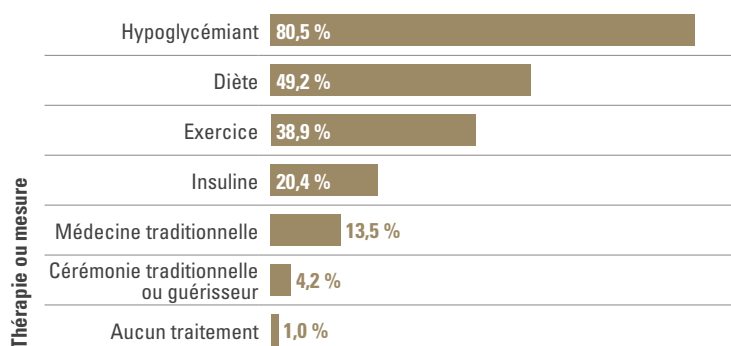
Centre de services : la localité la plus proche où les membres de la communauté doivent se rendre pour avoir accès aux fournisseurs, aux banques et aux services gouvernementaux.

## Traitement du diabète

Il existe plusieurs moyens de traiter le diabète. Les spécialistes recommandent habituellement un changement dans le mode de vie, notamment la diète et l'activité physique, avec une aide médicale. Il est recommandé que les diabétiques fréquentent une clinique du diabète ou consultent un professionnel de la santé pour obtenir de l'information sur cette maladie. Dans l'ensemble des zones, les résultats de l'enquête indiquent que 62 % des participants l'ont fait. Toutefois, 43,8 % des diabétiques de la zone 4 ont dit qu'il n'y avait pas de clinique de ce genre pour eux.

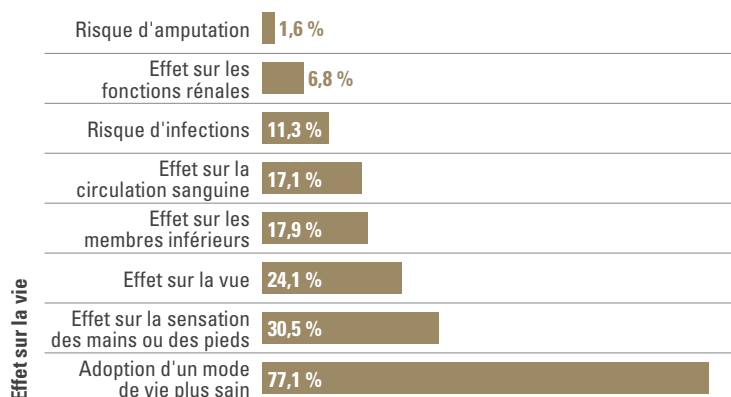
Globalement, 77,1 % des participants ont déclaré avoir adopté un mode de vie plus sain après le diagnostic. Cependant, comme le montre la figure 3, les résultats concernant les mesures quotidiennes pour gérer le diabète indiquent qu'il y a place à l'amélioration en ce qui a trait à la diète et à l'activité physique.

**Figure 3 : Type de traitement ou de mesure mise en œuvre par les diabétiques pour soigner leur diabète (N = 3 325)**



En plus d'avoir à adopter un mode de vie plus sain, les diabétiques ont déclaré que le diabète avait plusieurs effets négatifs sur leur vie quotidienne (figure 4).

**Figure 4 : Effet du diabète sur la vie des diabétiques**



## Exercice physique et diète pour la prévention et le traitement

Comme on l'a mentionné ci-dessus, l'activité physique et la diète jouent un rôle important dans la prévention et le traitement du diabète. Il faut continuer de promouvoir un mode de vie sain, notamment ne pas fumer, avoir un poids équilibré, faire des activités physiques régulièrement et avoir une diète saine, pour prévenir et gérer le diabète de type 2. Dans un contexte plus large, la promotion des déterminants sociaux de la santé, comme l'éducation, le logement, la sécurité, et les possibilités qu'offre la santé, contribuera aussi à réduire le nombre de cas de diabète dans les communautés des Premières Nations.

Ce document constitue une synthèse du chapitre 12 de l'Enquête régionale sur la santé des Premières Nations du Québec. Pour plus d'information, veuillez consulter le chapitre complet du rapport à l'adresse suivante : <https://www.cssspnql.com/docs/centre-de-documentation/chapitre-12-diabete.pdf?sfvrsn=2>



COMMISSION DE LA SANTÉ  
ET DES SERVICES SOCIAUX  
DES PREMIÈRES NATIONS  
DU QUÉBEC ET DU LABRADOR