

# Prévention au cabinet médical: les formations continues PEPra

**Carlos Beat Quinto**

Dr méd., membre du Comité central de la FMH, responsable du département Santé publique et professions de la santé



Se former tout au long de la vie signifie maintenir ses connaissances et ses compétences professionnelles à jour. Le choix des thèmes est vaste – où mettre la priorité, quelle formation continue suivre? Les maladies non transmissibles, les troubles psychiques et l'addiction occupent une place essentielle en médecine de premier recours, et par conséquent leur prévention aussi. Lorsque les comportements à risque sont identifiés à un stade précoce et que des changements sont initiés, de nombreuses maladies ou des évolutions sévères ainsi que des accidents peuvent être évités.

Au quotidien, parler de prévention demande de surmonter un certain nombre d'obstacles.

D'une part, les connaissances spécialisées: à partir de quand aborde-t-on la question du comportement à risque et à partir de quelle quantité d'alcool parle-t-on de consommation à risque?

D'autre part, la manière d'aborder ces questions: comment orienter la conversation avec la patiente ou le patient? Comment l'interpeller au mieux? Comment motiver la personne à adopter un style de vie plus sain? Trouver les bons mots n'est pas toujours chose facile. Surtout lorsque le sujet est abordé de manière inopinée et qu'il ne reste que très peu de temps, du fait de limitations liées au tarif ou d'une salle d'attente trop remplie. Pour relever ces défis, le département Santé publique s'est entouré d'expertes et experts de tous horizons et

## Aborder avec les patients la question de leur comportement à risque et les motiver à vivre plus sainement n'est pas chose facile.

a développé le projet PEPra visant à faciliter la mise en œuvre de la prévention au cabinet.

Des cours proposés en présentiel et en ligne abordent le thème du conseil et de la communication en mettant l'accent sur l'entretien motivationnel, une méthode ciblée et centrée sur les patients pour les sensibiliser aux ambivalences de leur comportement en matière de santé et les encourager à les surmonter en renforçant leur motivation intrinsèque et leur volonté de changer leur comportement. L'entretien motivationnel suppose une relation d'égal à égal avec les patients. Ceux-ci

sont considérés comme des experts de leur propre vie, et nous, médecins de premier recours, sommes les experts dans l'accompagnement de leur changement de comportement.

PEPra couvre de nombreux thèmes importants relevant de la prévention. Il offre un soutien aux cabinets médicaux par la mise à disposition d'informations pratiques et d'outils et propose des formations continues sur des thèmes spécifiques qui permettent la mise à niveau des connaissances cliniques mais aussi l'enseignement de méthodes de détection précoce et de conduite d'entretien centrée sur les patients.

## «PEPra» a été développé par la pratique pour la pratique afin de faciliter la mise en œuvre de la prévention au cabinet médical.

Nous œuvrons pour que la prévention soit mieux intégrée dans les structures et les procédures de la médecine de premier recours et qu'elle soit considérée comme un travail d'équipe. PEPra s'adresse donc à l'ensemble du cabinet médical, médecins et assistantes/assistants médicaux compris qui, pour diverses raisons, obtiennent souvent lors de leurs contacts avec les patients des informations qui ne remontent pas jusqu'à nous médecins.

Le travail d'équipe est donc un élément transversal de toutes les formations PEPra. Si l'ensemble du cabinet s'investit dans la prévention, a reçu une formation en technique d'entretien et bénéficie d'un accès facilité aux offres spécifiques en amont et en aval proposées à proximité du cabinet, un temps précieux pourra être ainsi gagné et une réduction des coûts obtenue à long terme.

Dans un premier temps, les modules de formation continue PEPra sont proposés dans quatre cantons pilotes, toutes les personnes intéressées pouvant cependant y participer. D'autres cantons ont d'ores et déjà manifesté leur intérêt pour notre programme. Inscrivez-vous ou activez les notifications sur [www.pepra.ch](http://www.pepra.ch) afin d'être informé-e lorsque le module de votre choix aura lieu dans un canton près de votre cabinet.

Pour conclure, je reprendrai les mots de Benjamin Franklin: «An ounce of prevention is worth a pound of cure.»