

Les 3 semaines de l'équilibre alimentaire

Entreprise **MARSH**-Entreprise **BRITISH TELECOM**

N° d'adhérent: **37932** et **43617**

Tour Ariane **13ème étage**; **4ème étage**

92 LA DEFENSE

Docteur HOLLY- Docteur RICHARD

Intervenants:

Docteur HAGEGE Médecin du travail nutritionniste

C. FAUQUE Diététicienne

L. CORTET IDE-IPRP

M. REICH IDE

C. MARIE IDE de AMI détachée chez MARSH

S. ODE IDE de British Telecom



Sommaire

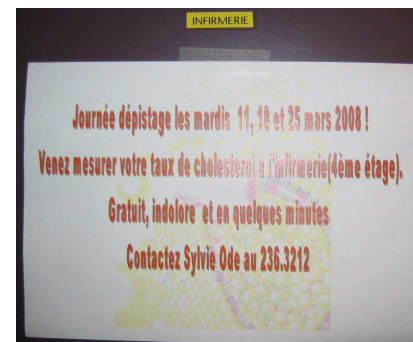
- Les objectifs
- Les moyens
- Le déroulement des animations

Les objectifs

- Être en adéquation avec le PNNS mis en place par le Ministère de la Santé et l'Assurance-Maladie
- Améliorer la santé de l'ensemble des salariés en les invitant à devenir Acteurs de leur santé en agissant sur le déterminant majeur d'une nutrition équilibrée
- Informer des lourdes conséquences humaines et économiques d'un défaut d'hygiène de vie (maladies cardio-vasculaires, obésité, diabète de type 2, cancers...°)
- Mesurer le niveau de connaissances en diététique des salariés par un quizz
- Apporter une information
 - sur les groupes alimentaires: sucres, matières grasses, produits laitiers
 - sur l'alimentation de la femme, de la femme enceinte
- Informer, dépister, surveiller...

Les moyens

- Les moyens humains
 - Médecins du travail
 - Diététicienne
 - Infirmière intervenant en prévention
 - Infirmières de santé au travail des entreprises
- Une documentation
 - guides alimentaires du PNNS, brochures, articles de presse médicale
- La communication
 - Affichages
 - Mails
 - Communication orale
 - Le « Bouche à oreille »



Le déroulement des animations (1/3)

- Les dépistages des mardis
 - Cholestérolémie
 - Triglycéridémie
 - Glycémie
 - Bilan (mesure de la Tension Artérielle et de l'Indice de Masse Corporelle)



2 appareils « Reflotron » et 250 bandelettes réactives mis à disposition par le **CIAMT**; Explications des résultats, distribution de documentations, passeport anti-cholestérol...



Le déroulement des animations

(2/3)

- Les conférences des jeudis à 13H
 - Thèmes
 - Équilibre nutritionnel
 - Femmes et nutrition
 - Nombre de participants
 - Environ 50 salariés, public féminin
- Une exposition sur la Diététique (prêt de la CRAMIF)
 - Placée à l'entrée du restaurant d'entreprise
 - Pendant une semaine



Le déroulement des animations

(3/3)

- Les conseils diététiques des vendredis midis
 - Sets de tables de la CRAMIF présentant 4 thèmes:
 - Vitamines,
 - Alimentation méditerranéenne,
 - Mangez du poisson,
 - Préférez les huiles végétales
 - Évaluation des plateaux des salariés par la diététicienne et les infirmières
 - Distribution de brochures de l'INPES
 - Jeu-Quizz



Les résultats chiffrés (MARSH et British Télécom)

163 salariés ont participé au bilan

93 salariés de l'entreprise Marsh

Dont 37 anomalies dépistées

→ anomalies cholestérol (21); triglycérides (16)

Dont 24 IMC > 25 (surpoids); 69 IMC compris entre 18 et 25

Dont 11 TA > ou = à 14/9

Dont 29 hommes, 64 femmes

Dont 23 ayant une anomalie lipidique déjà connue (prévention tertiaire)

70 salariés de l'entreprise B T

Dont 36 anomalies dépistées

→ anomalies cholestérol (31); triglycérides (4), glycémie (1)

Dont 1 IMC > 25 pour 7 participants mesurés; 6 IMC compris entre 18 et 25

Dont hommes, femmes

Dont 7 ayant une anomalie lipidique déjà connue (prévention tertiaire)

70 bulletins de jeu-quizz ont été déposés dans l'urne

51 salariés ont assisté aux conférences

47 salariés de Marsh et 4 salariés de BT

+600 brochures « La santé vient en mangeant » de l'INPES ont été distribuées



Conclusion

- 3 semaines de prévention sur « la santé en mangeant » menées tambour battant par l'équipe pluridisciplinaire de la santé au travail
- Des salariés très participatifs