



AFD
Association des Diabétiques
d'Île-de-France

Parlons diabète

Journal des diabétiques d'Île-de-France

Journal numéro 01 – Janvier – février 2023



Sommaire

- Page 1 : Editorial
Les journées à thèmes
- Page 2 : Prédiabète concept controversé ?
Le Free style 1 ne sera plus remboursé
- Page 3 : Diabète et métiers interdits du nouveau !
- Page 4 : Focus sur la retraite et les seniors informations pratiques

Une nouvelle année, de nouveaux défis pour notre Association. De nouveaux bénévoles, de nouveaux territoires à conquérir. Afin de relever ces défis nous avons fixé 4 journées thématiques permettant de prendre une photo plus réaliste de notre territoire. Une journée consacrée aux représentants des usagers, une pour les bénévoles patients experts et deux journées consacrées à nos bénévoles. Serons-nous au RDV ? Tout dépend de vous ! N'hésitez pas à vous inscrire sur les initiatives programmées sur le bulletin d'information de bénévoles. Nous vous attendons ...

Journée des BPE (Bénévoles Patients Expert)

Samedi 18 mars 2023 de 14h00 à 17h30

88 rue de la Roquette 75011

L'AFD Île-de-France est sollicitée par des villes, des entreprises ou des établissements de santé pour :



- Nous construisons des formats d'animations à la carte,
- Nous intervenons sur des thématiques liées au diabète,
- Nous animons des ateliers d'ETP pour les patients et leurs proches
- Nous participons à des initiatives publiques avec d'autres structures,
- Nous développons des supports d'ateliers adaptés aux territoires,
- Échange de pratiques.

Nos bénévoles sont de plus en plus plébiscités par le corps médical qui reconnaît les bienfaits de la rencontre entre pairs (entre personnes atteintes de diabète) dans les parcours de soins de leurs patients. Ils sont aussi contactés par les acteurs sociaux et notamment les associations accueillant des personnes en situation de vulnérabilité sociale, qui les associent de plus en plus pour informer et accompagner leurs bénéficiaires touchés par le diabète. Enfin, les pouvoirs publics eux-mêmes sont à l'écoute de leurs expériences pour améliorer les services publics et plus globalement le système de santé.

2 Journées des bénévoles

Samedi 01 avril 2023 et Samedi 14 octobre 2023

88 rue de la Roquette 75011

14h00 à 17h30

Serez-vous là ?

Prédiabète Histoire d'un concept controversé

Publié le : 30/01/2023 – Ressource Que Choisir

Inventée pour alerter patients et médecins, la notion de prédiabète désigne une hausse anormale de la glycémie. Mais en transformant une anomalie en une quasi-maladie, elle convertit des individus bien portants en malades à traiter. Pourtant, la majorité des personnes prédiabétiques ne deviennent pas diabétiques.

En 40 ans, la prévalence du diabète du type 2 a quadruplé. Elle devrait atteindre 700 millions de cas d'ici 20 ans. Une épidémie mondiale qu'il est devenu urgent de freiner. Dans ce contexte, au début des années 2000, l'Association américaine de diabétologie (ADA) invente le terme de prédiabète pour qualifier une glycémie (taux de sucre dans le sang) plus élevée que la normale, mais pas suffisamment pour poser un diagnostic de diabète. Une enquête parue dans Science raconte que l'ADA cherchait un mot « capable de faire peur au grand public et aux médecins pour les inciter à agir ». En 20 ans, ce terme marketing s'est installé dans les médias, mais aussi dans la littérature scientifique, et mène aujourd'hui à des controverses.

UN RISQUE, PAS UNE MALADIE

Ce néologisme de l'ADA ne revêt pourtant rien de nouveau. Il regroupe deux troubles de la glycémie : l'hyperglycémie à jeun, qui signe une hausse de la production de glucose par le foie, et l'intolérance au glucose due à une perte de sensibilité des tissus à l'insuline (voir encadré ci-dessous). Selon la cohorte Constances, 7,4 % des Français présentent une hyperglycémie à jeun. Aucune donnée précise n'existe pour l'intolérance au glucose. Ainsi, au moins 4,8 millions d'adultes seraient prédiabétiques dans notre pays. « Pour autant, toutes ces personnes ne sont pas malades. Le terme prédiabète signifie simplement qu'elles sont plus à risque de développer un diabète de type 2 », rappelle la Pr Nathalie Jeandidier, cheffe du service d'endocrinologie, diabète et nutrition au CHU de Strasbourg.

REPÈRES

La glycémie est le taux de sucre dans le sang. Elle se mesure le plus souvent après avoir passé 8 h sans manger (glycémie à jeun). Mais elle peut aussi se mesurer 2 h après avoir absorbé 75 g de glucose (hyperglycémie provoquée par voie orale).

→ **Le diabète** est défini par une glycémie à jeun supérieure à 1,26 g/L.

→ **Le prédiabète** recouvre deux situations :

- l'hyperglycémie à jeun, qui est définie par une glycémie à jeun comprise entre 1,10 et 1,25 g/L ;
- l'intolérance au glucose, qui est définie par une glycémie à jeun entre 1,10 et 1,25 g/L associée à une hyperglycémie provoquée comprise entre 1,4 et 2 g/L.

Mais un risque n'est pas une fatalité. Il est établi qu'adopter une alimentation saine et une activité physique réduit de moitié la progression vers le diabète ou, du moins, retarde sa survenue. De larges études ont montré que plus de la moitié des personnes présentant une intolérance au glucose ne développeront pas de diabète dans les 5 ans. Et environ un tiers n'auront toujours pas de diabète ou seraient même revenues à une glycémie normale dans les 30 ans. Une étude réalisée auprès de 6 500 sujets de plus de 70 ans révèle même que les seniors prédiabétiques ont une plus grande probabilité d'évoluer vers une glycémie normale ou le décès que vers le diabète.

UNE DÉFINITION CONTESTÉE

Aussi, la découverte d'une anomalie de la glycémie est un signal d'alarme à interpréter avec prudence. D'autant que la définition du prédiabète est controversée. Il en existe cinq aujourd'hui, qui s'appuient sur différentes mesures de la glycémie. Selon la définition choisie, la prévalence du prédiabète varie entre 25 et 80 %. De son côté, l'ADA martèle qu'il est crucial de lutter contre le prédiabète de façon plus agressive. Et pour cela, elle a adopté une définition contestée, basée sur le taux d'hémoglobine glyquée (HbA1c), reflet du taux de sucre au cours des 3 derniers mois, et elle a établi des seuils larges pour ce marqueur (entre 5,7 et 6,5 %). Une stratégie non suivie par le reste du monde, notamment en France où ce dosage n'est pas considéré comme fiable pour le diagnostic du diabète.

Mais l'ADA va encore plus loin. Elle recommande l'usage d'antidiabétiques, comme la metformine, en plus de règles hygiéno-diététiques strictes, dès que les tests de glycémie révèlent une anomalie. Des millions d'Américains ne présentant aucun symptôme sont ainsi traités durant de nombreuses années pour une maladie qu'ils n'auraient peut-être jamais développée. Pire, les données montrent que ces traitements ne bloquent pas durablement l'évolution naturelle vers la pathologie pour plus de la moitié des cas.

« Se focaliser uniquement sur la glycémie est, à mon sens, une erreur, souligne la Pr Jeandidier. La prévention du diabète doit être personnalisée. Pour une même glycémie, un homme de 45 ans, mince et sportif, ne présentera pas les mêmes risques qu'un homme du même âge, obèse, sédentaire et dont les parents sont eux-mêmes diabétiques. »

Anne-Laure Lebrun





LE CAPTEUR DE GLUCOSE EN CONTINU FREESTYLE LIBRE 1 NE SERA PLUS REMBOURSÉ À PARTIR DU 31 MARS 2023

07/02/2023

Alors que nous vous avons déjà annoncé au mois de mai 2022 la fin du remboursement du Freestyle Libre 1ère Génération, qui avait par la suite été repoussée pour permettre à tous les patients de mettre à jour leur prescription, c'est cette fois-ci officiel : le Freestyle Libre 1 ne sera plus remboursé par l'Assurance Maladie à compter du 31 mars 2023.

Pourquoi le FreeStyle Libre 1ère génération ne sera plus remboursé à partir du 31 mars 2023 ?

Classiquement, les produits de santé sont remboursés pour une durée déterminée (5 ans ici). À l'issue de cette période, l'industriel doit opérer une nouvelle demande de remboursement. Pour FreeStyle Libre 1ère génération (remboursé depuis 2017 ; voir [ici](#)), produit par l'entreprise Abbott, aucune nouvelle demande de remboursement n'a été déposée étant donné que [le FreeStyle Libre 2](#) est remboursé et que l'industriel est en cours de discussion pour la prise en charge du FreeStyle Libre 3 (mais dans des indications plus limitées).

Alors que ce déremboursement avait été annoncé au bout de cette période de cinq ans, soit pour le 1er juin 2022, la Fédération s'était inquiétée que l'information n'ait pas suffisamment circulé auprès des utilisateurs et utilisatrices du Freestyle Libre 1, qui pour la plupart, n'avaient pas encore eu le temps de se rendre chez leur diabétologue pour mettre à jour leur prescription. Afin d'éviter des situations de rupture de prise en charge, cette fin du remboursement annoncée au 1er juin 2022 a bénéficié d'un délai exceptionnel accordé par le Comité Economique des Produits de Santé (CEPS) pour permettre, d'une part, aux patients de consulter leur diabétologue afin de se voir prescrire un autre capteur de glucose en continu remboursé, et d'autre part, pour permettre aux pharmacies d'écouler leurs stocks. Mais attention, cette fois, il n'y aura plus possibilité de repousser la date de fin du remboursement : après le 31 mars 2023, si vous demandez en pharmacie le Freestyle Libre 1, il vous en coûtera de votre poche.

Que faire si vous n'avez pas encore renouvelé votre ordonnance ?

D'ici le 31 mars prochain, vous devez prendre rendez-vous chez votre professionnel de santé afin de faire actualiser votre ordonnance. N'ayez crainte, il existe d'autres systèmes de surveillance glycémique remboursés : chacun d'entre eux ayant ses spécificités, nous vous invitons à en parler avec votre diabétologue qui vous proposera le dispositif adapté à votre situation, en concertation avec vous.

Pour consulter notre étude du Diabète LAB sur le FreeStyle Libre 2, rendez-vous [ici](#)

Pour consulter notre étude du Diabète LAB sur le Dexcom G6 (indiqué uniquement dans le diabète de type 1), rendez-vous [ici](#)
Enfin, en cas de besoin, le service client d'Abbott est joignable pour répondre à vos questions du lundi au samedi, de 8h00 à 19h00 au 0800.10.11.56 (appel gratuit à partir d'un poste fixe) ou au 01.45.60.34.34 (appel de l'étranger, DROM-COM ou autre opérateur).



Diabète et métiers interdits : du nouveau dans la police

Jusqu' alors, les conditions médicales d'aptitude à l'admission dans les métiers de la police étaient encadrées par le référentiel d'aptitude SIGYCOP. Depuis un décret publié le 25 novembre 2022 au Journal Officiel, ce n'est plus le cas.

Attention ! Cette nouveauté ne concerne que les métiers de la police et non les pompiers et les métiers de l'armée qui restent soumis au référentiel d'aptitude SIGYCOP.

Qu'est-ce que le SIGYCOP ? Que prévoit le nouveau système ? La Fédération vous informe.

Le SIGYCOP se définit comme un profil médical permettant de déterminer l'aptitude d'une personne à exercer dans l'armée française, chez les pompiers et jusqu'au mois de novembre

2022, dans la police nationale.

Chaque lettre de cet acronyme correspond à une partie du corps ou au psychisme :

S : ceinture scapulaire et membres supérieurs

I : ceinture pelvienne et membre inférieurs

G : état général (c'est dans cette catégorie que se trouve le diabète de type 1 et de type 2)

Y : yeux et vision

C : sens chromatique

O : oreilles et audition

P : psychisme

Après une visite médicale, le médecin attribue un score chiffré de 1 à 6 à chaque composante du SIGYCOP, le profil médical de l'agent est donc représenté par l'ensemble de ces sept chiffres.

Jusqu'à aujourd'hui, un diabète de type 1 ou de type 2 entraînait la plupart du temps, une inaptitude. Il fallait néanmoins faire une distinction :

- A l'admission : le diabète de type 1 ou de type 2 considéré comme une affection incompatible avec l'exercice militaire entraînait l'inaptitude (profil médical G5 ou G6).
- En cours de carrière : le diabète de type 1 entraîne l'inaptitude car il induit « selon la qualité de l'équilibre et la présence de complication », un profil médical entre G4 et G6.
Le diabète de type 2, « selon la qualité de l'équilibre, le type de traitement (pouvant entraîner des hypoglycémies) et la présence de complications » est associé à un profil médical entre G3 à G6, et entraîne souvent l'inaptitude (profils G4, G5, G6).

Quelle est la nouveauté ?

C'est en fin d'année 2022, que le Ministère de l'Intérieur a supprimé par décret, l'application du SIGYCOP dans la police nationale, dispositif extrêmement restrictif et discriminatoire à l'égard des personnes atteintes de maladies chroniques.

Désormais, **le nouveau texte*** prévoit une classification selon trois « profils médicaux seuils » en fonction du degré de dangerosité du poste. Les conditions de santé communes à l'ensemble des fonctions sont fixées **par arrêté**** ainsi que pour chacun de ces profils médicaux seuils, le niveau des capacités physiques, physiologiques, sensorielles et mentales particulières exigées des agents.

Il est encore trop tôt pour savoir précisément quelles seront les répercussions concrètes précises pour l'insertion des personnes atteintes de diabète dans les métiers de la police. En effet, cela pourra dépendre de plusieurs facteurs comme l'équilibre du diabète ou l'existence de complications.

C'est pourquoi la Fédération œuvre actuellement, notamment au sein du comité interministériel de d'évaluation des textes encadrant l'accès au marché du travail des personnes atteintes de maladies chroniques dont elle fait partie, afin d'obtenir rapidement des précisions quant à l'application de ces nouveaux textes et aux implications que cela aura pour les candidats aux métiers de la police vivant avec un diabète. La Fédération salue malgré tout, les premières évolutions découlant de l'entrée en vigueur de la **loi du 6 décembre 2021** portée par la Fédération Française des Diabétiques pour un accès plus large à certains métiers aux personnes atteintes de maladies chroniques. Elle reste pleinement mobilisée puisque le chemin reste encore long. En effet, de nombreux corps de métiers sont concernés par ces restrictions et attendent des évolutions effectives dans les meilleurs délais.

Retrouvez notre dernier podcast sur le sujet des métiers interdits en cliquant [ici](#).

* Décret n° 2022-1465 du 24 novembre 2022 relatif aux conditions de santé particulières exigées pour l'exercice des fonctions relevant des corps de fonctionnaires actifs des services de la police nationale

** Arrêté du 25 novembre 2022 relatif à l'appréciation des conditions de santé particulières exigées pour l'exercice des fonctions relevant des corps de fonctionnaires actifs des services de la police nationale

Diabète & Droits pour contacter notre juriste :

<https://www.federationdesdiabetiques.org/federation/actualites/le-service-social-et-juridique-devient-diabete-et-droits>



Le guide du retraité, pour ne rien rater des démarches !

Une question sur le paiement de votre retraite, sur votre fiscalité ou sur les aides que vous pourriez percevoir ? Notre guide de référence vous renseigne sur l'ensemble de nos services

<https://info.lassuranceretraite.fr/trk/376508/5455/400096132/469690/227670/1f998816/>

Près de chez vous

Rencontrez-nous sur le salon des seniors !

L'Assurance retraite Île-de-France vous invite au salon des seniors du 22 au 25 mars au Parc des expositions de la Porte de Versailles. Pour accompagner votre vie à la retraite, nous vous proposons des aides et services personnalisés. Venez les découvrir !



[En savoir plus](#)



Ateliers de prévention

• EcouterListen with ReadSpeaker Focus

Parce que la prévention joue un rôle essentiel pour rester en bonne forme physique et psychologique, de nombreux ateliers thématiques sont organisés tout au long de l'année par votre caisse de retraite en lien avec des partenaires. Les ateliers se déroulent dans des locaux proches de chez vous (associations, salle des fêtes, salles municipales, etc.).

Des ateliers du bien-vieillir pour être :

- Bien dans sa tête : mémoire, sommeil, etc. ;
- Bien dans son corps : nutrition, activité physique adaptée, etc. ;
- Bien avec les autres : lien social, sorties culturelles, etc. ;
- Bien chez soi : équilibre, prévention des chutes, adaptation de son logement, etc.

[Consultez les ateliers organisés près de chez vous](#), par votre caisse régionale.

Pour aller plus loin, consultez nos pages

[Des conseils pour bien vieillir](#), [L'adaptation au logement](#), [Les lieux de vie collectifs](#) et [La cohabitation intergénérationnelle solidaire](#).