

## Introduction

### Contexte

Le guide *L'alphabétisation et la santé chez les aînés* offre un certain nombre de leçons destinées aux tuteurs en alphabétisation et aux éducateurs en santé qui travaillent auprès des personnes âgées.

Nous savons, grâce à l'Enquête internationale sur l'alphabétisation et les compétences des adultes (EIACA) réalisée en 2003, qu'au Canada, plus de 70 pour cent des personnes âgées ont des problèmes pour lire et écrire. Selon certains chercheurs, les causes sont doubles : abandon des études à un jeune âge pour un grand nombre de personnes âgées, et perte de la capacité de lecture par manque d'habitude. Cela peut donc avoir des conséquences sérieuses sur la santé et le bien-être des personnes en question puisqu'elles n'ont pas ou plus les moyens d'obtenir certaines informations ou de comprendre des instructions. Selon certaines études, les personnes âgées possédant un faible degré d'alphabétisation, par rapport à celles qui n'ont pas de problèmes de lecture, sont hospitalisées plus souvent et pour des périodes plus longues, et sont également plus susceptibles de souffrir de problèmes de santé mentale. (Rootman)

Les termes « éducation permanente » supposent qu'il est possible d'améliorer son aptitude à lire et à écrire à n'importe quel âge. L'alphabétisation est donc définie comme « *l'aptitude à comprendre et à utiliser l'information écrite dans la vie courante, à la maison, au travail et dans la collectivité en vue d'atteindre des buts personnels et d'étendre ses connaissances et ses capacités* ». L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) définit l'**alphabétisation liée à la santé** comme étant, en partie, l'aptitude à obtenir et à comprendre des informations sur la santé et à les utiliser pour améliorer sa propre santé, celle des membres de sa famille, et l'état de santé général d'une collectivité. (Rootman)

Certaines personnes âgées ont indiqué qu'elles devraient pouvoir avoir accès à des informations sur la santé qui leur sont propres. John O'Brien-Bell, ancien président de l'Association médicale

canadienne, a récemment déclaré que « les Canadiens, surtout les personnes âgées, ont besoin d’être informés sur la santé, d’obtenir des conseils sur la prévention médicale, ainsi que de soins continus ». Une enquête faite par l’Université de Montréal en 2005 auprès de 5 000 femmes canadiennes âgées entre 55 et 95 ans a permis de révéler que ces dernières souhaitent en savoir plus sur la prévention des maladies et la promotion de l’autonomie pour avoir une meilleure qualité de vie. Cette enquête a également montré que les femmes interrogées souhaitent être plus actives auprès des médecins et des autres fournisseurs de soins de santé. (Tannenbaum)

## **Contenu du guide**

Le guide *L’alphabétisation et la santé chez les aînés* contient huit leçons visant à aider les personnes âgées à améliorer leur aptitude à lire et à écrire tout en s’informant sur les domaines de la santé qui les concernent. Ces huit leçons sont les suivantes :

- 1) Déterminants de la santé chez les personnes âgées
- 2) Vie active
- 3) Alimentation saine
- 4) Comprendre les étiquettes des produits alimentaires
- 5) Salubrité des aliments
- 6) Consulter un fournisseur de soins de santé
- 7) Comprendre les étiquettes des médicaments
- 8) Prévention

Outre de courtes lectures, ces huit leçons proposent les activités et les exercices suivants : trouver les mots manquants, recherche de mots, remue-méninges, création d’album et mots croisés. Les lecteurs pourront faire des exercices d’écriture en créant un calendrier d’activités hebdomadaire, en complétant des phrases, en écrivant sur leurs propres expériences, en créant un menu quotidien grâce au Guide alimentaire canadien, ainsi qu’en remplissant un exemple de menu proposé sur le site Web des Diététistes du Canada. Les participants pourront également rédiger une liste des questions qu’ils souhaitent poser à leur médecin, rédiger une courte histoire sur un

rendez-vous qui leur a paru enrichissant, ainsi que noter certaines informations dans un carnet médical personnel.

Ils pourront en outre travailler leurs compétences en résolution de problèmes en répondant à un certain nombre de questions sur l'étiquetage des produits alimentaires, ainsi qu'à d'autres questions sur les étiquettes des médicaments d'ordonnance, des médicaments en vente libre et des étiquettes de mise en garde.

L'annexe qui se trouve à la fin du guide propose les réponses aux différents exercices, activités et questions.

### **Bibliographie :**

- 1) ROOTMAN, Irving et RONSON, Barbara, *La littératie et la santé au Canada : ce que nous avons appris et ce qui pourrait aider dans l'avenir*, à consulter sur [www.nlhp.cpha.ca](http://www.nlhp.cpha.ca), 2003
- 2) O'BRIEN-BELL, John, *Aging and Primary Care: Personal Reflections*, de la *CMA Leadership Series: Elder Care 2005*, p.48 ou à consulter sur [www.cma.ca/index.cfm/ci\\_id/46150/la\\_id/1.htm](http://www.cma.ca/index.cfm/ci_id/46150/la_id/1.htm)
- 3) TANNENBAUM, C, Mayo, N, Ducharme, F., *Older women's health priorities and perceptions of care delivery: results of the WOW health survey*, *CMAJ* 2005, 173(2):153-9.