



**BAROMÈTRE DE LA PRISE EN CHARGE AUTONOME DE L'EPPOSI : ÉTUDE  
QUANTITATIVE**

**PERCEPTION DE LA PRISE EN CHARGE AUTONOME EN EUROPE**

**RÉSUMÉ**

**SEPTEMBRE 2013**

Dr Andrea Pavlickova  
Programme Manager, Epposi

## RÉSUMÉ ANALYTIQUE

Le concept de prise en charge autonome prend une importance accrue en Europe. L'OMS définit la prise en charge autonome comme « la prise en charge de sa propre santé » en vue d'améliorer ou rétablir la santé ou de traiter ou prévenir les maladies. Cette définition englobe la pratique régulière d'exercices, une bonne santé mentale, un régime, l'automédication, une bonne hygiène ainsi que la prévention de risques préjudiciables à la santé. Il s'agit également de la gestion de troubles mineurs, de maladies à long terme ainsi que de la santé personnelle dès que les soins prodigués par un spécialiste prennent fin. De manière plus spécifique, les individus pratiquent la prise en charge autonome alors que les spécialistes ainsi que les professionnels l'encouragent.

Ceci coïncide avec un intérêt croissant pour la santé et le bien-être personnels, ainsi qu'un accès simplifié aux informations sur la santé. L'utilisation croissante par le gouvernement de campagnes ciblant le tabagisme, l'obésité et la consommation d'alcool indique que le rôle de l'individu dans l'amélioration de sa santé est reconnu. Vu la charge croissante que les maladies chroniques engendrent sur les systèmes de soins de santé, il s'agit d'un développement positif. Cependant, comprendre pleinement les avantages de ce changement d'attitude nécessite une politique de soutien. La prise en charge autonome doit faire partie de la vie quotidienne et une culture de prévention doit devenir une seconde nature. Il n'existe par contre aucun consensus quant aux principes fondamentaux, aux avantages et aux risques de la prise en charge autonome, et peu d'éléments permettent de savoir si les citoyens sont prêts à assumer une plus grande part de responsabilité quant à leur santé.

Le Baromètre de la prise en charge autonome de l'Epssi identifie la perception qu'a le consommateur de la prise en charge autonome dans un panel de 10 pays de l'Union européenne. L'étude établit un résumé de ce que comprennent les consommateurs par concept de prise en charge autonome, son importance, ses avantages et ce qu'ils considèrent être des obstacles à surmonter. Elle explore la confiance dont ils font preuve pour assumer la responsabilité de leur propre santé ainsi que le rôle des professionnels du secteur des soins de santé. L'étude révèle également les facteurs qui influencent le plus le comportement du consommateur.

Le Baromètre de la prise en charge autonome de l'Epssi constitue une contribution inestimable aux données existantes limitées relatives à la compréhension et à la mise en pratique de la prise en charge autonome. Ceci sensibilisera le consommateur quant à l'immense valeur potentielle de la prise en charge autonome, qui permettrait de réduire la pression pesant sur les systèmes de soins de santé. L'étude aidera également tous les intervenants à effectuer des choix éclairés de politiques stratégiques reconnaissant et encourageant l'intérêt croissant pour la prise en charge autonome, et favorisera la fabrication de produits ainsi que la prestation de services abordables et accessibles à tous.

## CONCLUSIONS PRINCIPALES

- *La prise en charge autonome peut contribuer de manière considérable à réduire les pressions financières ainsi qu'en matière de santé pesant sur l'Europe, tout en garantissant une meilleure santé et une qualité de vie supérieure. En revanche, une prise en charge autonome plus importante implique une meilleure information des consommateurs, une amélioration des techniques de communication au sein des professionnels du secteur des soins de santé et une approche innovante de la part de l'industrie, des décideurs et des assureurs dans le domaine de la santé.*
- *Il conviendrait d'accorder davantage de poids au partage des soins et de la responsabilité, à la prévention, à la gestion du mode de vie ainsi qu'à l'implication du consommateur, ce qui requiert la mise en place de partenariats dans le cadre desquels seraient partagés les objectifs communs.*
- *Neuf consommateurs sur dix considèrent la prise en charge autonome comme un élément vital de la gestion et de la prévention tant des troubles mineurs que des états chroniques et des maladies. Cependant, bien que les consommateurs se prononcent en faveur de la prise en charge autonome et acceptent qu'elle relève de leur propre responsabilité, seuls deux sur dix se disent absolument prêts à gérer leur propre santé.*
- *L'information en matière de santé revêt une importance cruciale et encouragerait les consommateurs à opter pour la prise en charge autonome. Une meilleure connaissance et des compétences supérieures engendrent davantage de confiance et de volonté à assumer la responsabilité de sa propre santé. Les citoyens glanent des informations sur la prise en charge autonome à travers tout un éventail de sources. Cependant, les professionnels du secteur des soins de santé jouent un rôle fondamental, en particulier là où la prise en charge autonome est peu connue.*
- *La plupart des consommateurs privilégie d'abord une visite chez leur médecin de famille comme première étape en cas de problèmes de santé, pour ensuite envisager des changements de mode de vie et enfin l'automédication.*
- *Pour la majorité des personnes interrogées, le médecin généraliste représente la première source d'informations en cas de troubles mineurs, suivi par les personnes qui cherchent conseil auprès de leur pharmacien ou de spécialistes.*
- *La grande majorité des consommateurs considère que les changements de mode de vie revêtent de l'importance dans la gestion et la prévention de leur état et de la maladie, y compris en cas de troubles mineurs. De meilleures connaissances, une prise de responsabilité et une indépendance plus importante ainsi que le contrôle de sa propre vie constituent les trois facteurs ayant le plus d'incidence sur la décision du consommateur de modifier son mode de vie.*
- *Les obstacles principaux aux changements de mode de vie tiennent aux revenus, à la nature de l'état ou de la maladie ainsi qu'à l'accès à l'information.*
- *Les consommateurs considèrent l'automédication comme importante. Malgré cela, une faible majorité parmi les personnes interrogées ne pratique pas l'automédication. La qualité de l'information et la connaissance personnelle sur les avantages et les risques de l'automédication, le type de l'état et de maladies ainsi que la confiance dans la capacité à s'automédiquer constituent autant de facteurs clés dans les décisions relatives à l'automédication.*

### ***Pourquoi la prise en charge autonome est-elle importante ?***

Le concept de prise en charge autonome prend une importance accrue en Europe. Et ce à un moment où un raz-de-marée de maladies chroniques, bon nombre d'entre elles liées au mode de vie, pèse d'une pression croissante sur les systèmes de soins de santé. Les approches existantes, selon lesquelles les citoyens sont des bénéficiaires passifs des soins de santé, sont dépassées. Les citoyens doivent à présent jouer un rôle actif dans le maintien des soins de santé durables, en opérant des choix quotidiens quant à la pratique d'exercices, l'application d'un régime ainsi que la pratique de l'automédication. Cela cadre bien avec une tendance croissante visant à responsabiliser le consommateur, grâce à un accès plus important aux informations relatives à presque chaque aspect de la santé. Les preuves selon lesquelles la prise en charge autonome s'avère bénéfique pour l'individu, la société ainsi que le gouvernement s'accumulent grâce à :

- Une meilleure santé et une qualité de vie supérieure en général
- La prévention des maladies
- Une amélioration de la gestion et du contrôle des états ainsi que des maladies existants
- Des citoyens plus heureux, ce qui engendre une vie plus productive
- Un meilleur usage des ressources en matière de soins de santé, tel que les services prodigués par les généralistes et les hôpitaux
- Une durabilité plus importante des services sociaux

### ***Pourquoi le Baromètre de la prise en charge autonome de l'Epssi ?***

La prise en charge autonome n'est pas un concept reconnu ni bien assimilé. Il s'agit plutôt d'un spectre de comportements individuels, de décisions quotidiennes quant au maintien de sa propre santé et l'automédication. Le nombre d'intervenants actifs dans le domaine de la prise en charge autonome n'a cessé de croître en Europe, mais il demeure un manque de connaissance quant à la perception et à l'attitude du consommateur, ainsi que les avantages qu'elle peut comporter. L'Epssi, en tant que cellule de réflexion unique et indépendante, soutenue par plusieurs acteurs du secteur des soins de santé, a trouvé une valeur significative dans la mise en place de références européennes permettant de comprendre la manière dont les changements se font au fil du temps. Ces données serviront de preuves indépendantes étayant les défis et les opportunités tenant à la prise en charge autonome. Le Baromètre augmentera également la sensibilisation et l'intérêt du public pour une prise en charge autonome plus importante à l'avenir.

L'objectif global du Baromètre était d'explorer la compréhension de la prise en charge autonome en Europe. En outre, il visait à mieux comprendre certains des problèmes peu abordés ou des questions demeurant sans réponse :

- Comment les consommateurs perçoivent-ils leur santé ?
- Que comprennent les consommateurs par prise en charge autonome ?
- Si les consommateurs optent pour la prise en charge autonome (comme l'automédication ou un changement des habitudes de vie), quels sont les bienfaits constatés ?
- Dans le cas contraire, quels sont les défis et les obstacles ?
- Quel rôle jouent les professionnels du secteur des soins de santé<sup>1</sup> dans la prise en charge autonome ?
- Où les consommateurs trouvent-ils les informations sur la prise en charge autonome ?
- Comment les consommateurs perçoivent-ils leur propre capacité, leurs connaissances ainsi que leurs compétences dans le cadre de la prise en charge autonome ?

---

<sup>1</sup>L'étude définit les professionnels des soins de santé comme étant les généralistes, les spécialistes, les infirmiers/infirmières ainsi que les pharmaciens.

## *Methodologie*

Un panel de référence a dispensé un avis éclairé quant à la définition et au champ d'application de la prise en charge autonome. Ce panel s'est accordé sur une définition fondée sur trois piliers :

1. L'automédication<sup>2</sup>
2. La capacité, les compétences et la connaissance sur la prise en charge autonome
3. Le maintien de la santé (régime, exercices, hygiène, sommeil adéquat, environnement dépourvu de stress, bonnes relations avec les prestataires des soins de santé)

Les données ont été rassemblées par le biais d'une étude quantitative réalisée au cours de l'été 2013 par TNS Research, en utilisant un questionnaire en ligne disponible dans 10 langues européennes. Il s'agissait d'un questionnaire à choix multiples, comprenant des échelles d'évaluation et d'accord. L'échantillon de l'étude comprenait 1 901 personnes interrogées du Danemark, de la Finlande, de la France, de l'Allemagne, de l'Italie, des Pays-Bas, de la Pologne, de l'Écosse, de la Slovaquie et de l'Espagne. Ces personnes ont été choisies en fonction de la diversification géographique et en vue de refléter les différences caractérisant les systèmes de soins de santé<sup>3</sup>. Le public visé comprenait des citoyens sains, afin d'analyser l'importance de la prise en charge autonome dans la prévention,<sup>4</sup> ainsi que des citoyens souffrant d'une maladie ou d'un état chroniques prédéfinis et de troubles mineurs<sup>5</sup>, afin d'illustrer l'importance du concept de prise en charge autonome dans ces scénarios.

---

<sup>2</sup> Sur base de la définition de l'OMS : « La sélection et l'usage de médicaments, y compris les médicaments délivrés sans ordonnance, les produits traditionnels et à base de plantes, les compléments alimentaires ou les vitamines, par un individu en vue de traiter une maladie ou des symptômes qu'il aurait reconnus seul. »

<sup>3</sup> Par souci de clarté et en vue de refléter les distinctions géographiques considérables entre l'est, l'ouest, le nord et le sud dans le rapport, « les pays de l'Est » font référence à la Pologne et à la Slovaquie, « les pays occidentaux », à la France, l'Allemagne et les Pays-Bas, « les pays méridionaux », à l'Italie et l'Espagne, « les pays nordiques », au Danemark, la Finlande et l'Écosse.

<sup>4</sup> Veuillez consulter l'annexe pour un résumé complet du profil socioéconomique des personnes interrogées.

<sup>5</sup> Veuillez consulter l'annexe pour une liste complète des états et des maladies pris en compte dans le cadre de cette enquête.

## CONCLUSIONS PRINCIPALES :

### Qu'entend-on par prise en charge autonome ?

- *La majorité des personnes interrogées comprend la notion de prise en charge autonome conformément à la définition de l'OMS/l'Epposi ; le maintien de la santé personnelle, un régime approprié, une bonne hygiène et la prévention de risques préjudiciables à la santé; de l'exercice et une bonne santé mentale. Ces conclusions concordent à travers tous les pays.*
- *Dans une moindre mesure, la prise en charge autonome est considérée comme un traitement ou de l'automédication en réponse à certains symptômes.*
- *La prise en charge autonome envisagée comme un partenariat entre les personnes et les professionnels du secteur des soins de santé reste peu fréquente.*
- *La plus faible proportion de personnes interrogées voit la prise en charge autonome comme un comportement acquis où les normes culturelles sont transmises de génération en génération.*

### Le rôle de la prise en charge autonome vu par le consommateur

- *Neuf consommateurs sur dix considèrent la prise en charge autonome comme un élément vital de la gestion et de la prévention tant des troubles mineurs que des états chroniques et des maladies.*
- *La plupart des personnes interrogées considère une meilleure santé et une qualité de vie supérieure, la prévention et la gestion de leur état et de leurs maladies comme étant les bienfaits de la prise en charge autonome, suivi d'une plus grande indépendance, d'une meilleure productivité et d'une certaine satisfaction personnelle.*
- *Les consommateurs souhaitent prendre soin de leur propre santé et la majorité s'accorde à dire qu'il s'agit de leur responsabilité. Les pays nordiques affichent le score le plus élevé pour cette affirmation.*
- *Cependant, moins de deux personnes interrogées sur dix se sentent assez confiantes pour prendre soin de leur propre santé, de 17 % dans les pays nordiques à 11 % dans les pays de l'Est.*
- *L'information sur la santé constitue la pierre angulaire. Une meilleure connaissance, des compétences et des capacités développées en matière de prise en charge autonome sont étroitement liées à la confiance ainsi qu'à la volonté d'assumer la responsabilité de sa propre santé.*
- *Les sources d'informations en matière de prise en charge autonome sont diversifiées, mais les professionnels du secteur des soins de santé jouent encore un rôle fondamental. La dépendance aux professionnels du secteur des soins de santé est proportionnelle à la connaissance, aux compétences et aux capacités en matière de prise en charge autonome.*

### Les bienfaits de la prise en charge autonome perçus par le consommateur

- *Selon 77 %, la santé ainsi que la qualité de vie s'en sont trouvées améliorées*
- *Selon 72 %, la prévention de certains états et de certaines maladies s'en est trouvée améliorée*
- *Selon 70 %, la gestion de certains états et de certaines maladies s'en est trouvée améliorée*
- *Selon 69 %, leur indépendance est plus importante*
- *Selon 64 %, leur productivité est plus importante*
- *18 % des personnes interrogées ne voient aucun bienfait dans la prise en charge autonome.*

### L'opinion des consommateurs quant à la responsabilité vis-à-vis de la santé

Il existe un large consensus s'accordant à dire que si la prestation des soins de santé demeure durable, les individus se responsabiliseront alors davantage en matière de santé. Près de 80 % répondent de

*manière positive lorsque la question* suivante leur est posée : « Prendre soin de ma propre santé relève de ma responsabilité et je souhaite prendre soin de ma propre santé ».

### **Confiance et information sur la santé**

Attendre des consommateurs qu'ils se responsabilisent davantage quant à leur santé et leur bien-être sans conseils ni directives est impensable. 66 % des personnes interrogées se disent prêtes, voire extrêmement prêtes à se responsabiliser. En revanche, 15 % seulement des personnes interrogées se sentent *très* prêtes.

Les résultats étayent l'argument selon lequel encourager les individus à se sentir davantage responsables de la prise en charge doit impliquer un soutien visant à développer leurs compétences ainsi que leur connaissance pour instaurer cette confiance.

L'information en matière de santé est essentielle si l'on veut permettre aux personnes de prendre les bonnes décisions, réduire les inégalités dans les résultats propres au secteur de la santé et encourager les citoyens à jouer un rôle plus actif dans leur santé. Les personnes présentant un degré d'instruction supérieur en matière de santé adoptent un comportement plus sain, une meilleure observance du traitement, font état de moins de maladies chroniques, se sentent plus en forme et vivent plus longtemps<sup>6</sup>.

### **Sources d'informations sur la prise en charge autonome**

Les professionnels du secteur des soins de santé représentent la source principale d'informations en termes de prise en charge autonome. Dans ce groupe, les généralistes dominent, suivis par les pharmaciens, les infirmiers/infirmières et les nutritionnistes. Les médias constituent la seconde source principale d'informations, notamment Internet, les journaux, les magazines et les sites des réseaux sociaux. Plus le niveau de connaissance, les compétences et les capacités du consommateur sont faibles, plus il a de chance de se tourner vers un professionnel du secteur des soins de santé, qu'il considère comme source principale d'informations.

### **Confiance en la capacité personnelle de se prendre en charge de manière autonome**

Les personnes sondées ont été interrogées sur le degré de confiance quant à leur intérêt et leur volonté pour gérer leur propre santé. Près de la moitié des personnes interrogées a indiqué faire confiance à leur connaissance dans le cadre de la prise en charge de leur propre santé. Cependant, un tiers des consommateurs indique le contraire.

Il existe un lien évident entre la connaissance perçue, les compétences et capacités en matière de prise en charge autonome et la confiance. La confiance personnelle est proportionnelle à la connaissance, aux compétences et aux capacités en matière de prise en charge autonome.

### **Comportement des consommateurs en matière de santé**

Conformément à la définition que donnent l'OMS et l'Epssi de la prise en charge autonome, nous avons demandé aux personnes interrogées ce qu'elles font principalement pour prendre soin de leur propre santé et quels sont les facteurs influençant leur comportement.

### **Conclusions principales**

---

<sup>6</sup>Bopp M, Minder CE 2003

- *Les consommateurs privilégient d'abord une visite chez leur médecin de famille comme première étape en cas de problèmes de santé, pour ensuite envisager des changements de mode de vie et enfin l'automédication.*
- *Les trois principales influences sur le comportement du consommateur sont l'accès aux services, ainsi que leur qualité et les techniques de communication des professionnels du secteur des soins de santé.*

### ***Démarches favorites en vue de la prise en charge autonome***

- *Visite chez le médecin de famille – 52 %*
- *Modifier son mode de vie – 20 %*
- *Prendre des médicaments sur ordonnance – 6 %*
- *Prendre des médicaments délivrés sans ordonnance – 6 %*
- *Prendre un complément à base de plantes et/ou des vitamines – 6 %*
- *Se rendre chez le pharmacien – 5 %*
- *Ne rien faire – 5 %*

### **Comment le rôle des professionnels du secteur des soins de santé est-il perçu par les consommateurs ?**

- *Les consommateurs trouvent leur rôle crucial dans la prise en charge de leur santé.*
- *Il n'existe aucun lien direct entre la confiance perçue chez les consommateurs dans la prise en charge de leur propre santé et la fréquence des visites chez leur médecin.*
- *Pour la majorité des personnes interrogées, leur médecin généraliste représente la première source d'informations en cas de troubles mineurs, suivi par les personnes qui cherchent conseil auprès de leur pharmacien ou de spécialistes.*
- *La grande majorité des consommateurs se fie aux conseils en matière de soins de santé. Il existe cependant d'importantes divergences, en particulier dans les pays nordiques et les pays de l'Est.*
- *Les facteurs influençant le plus le recours aux conseils en matière de soins de santé sont l'accès aux services de soins de santé ainsi que leur qualité, et les techniques de communication des professionnels du secteur des soins de santé.*

### ***Facteurs influençant le recours du consommateur aux conseils en matière de soins de santé***

Près de 70 % des personnes interrogées se disent dépendantes, voire très dépendantes des conseils prodigués en matière de soins de santé pour la prévention et la gestion de leur état et de leurs maladies. En revanche, plus le consommateur est instruit, moins il dépend des avis directs ou répétés des professionnels du secteur des soins de santé.

Une partie significative (65 %) des consommateurs se veut confiante dans la gestion de leur propre santé sans avis répétés en matière de soins de santé.

### **La prise en charge autonome dans la réalité : Sommes-nous seulement arrivés à ce stade ?**

Les personnes sondées ont été interrogées sur l'importance d'un changement du mode de vie ainsi que l'automédication. Nous avons également souhaité savoir si les consommateurs adoptaient un mode de vie différent et s'ils pratiquaient l'automédication, et ce qui, selon eux, constituerait des bienfaits et obstacles potentiels.

### ***Conclusions principales***



- *La vaste majorité des consommateurs considère que les changements de mode de vie revêtent de l'importance dans la gestion et la prévention de leur état et de la maladie.*
- *L'image de soi, la prise de responsabilité et une indépendance plus importante ainsi que le contrôle de sa propre vie constituent les trois facteurs ayant le plus d'incidence sur la décision du consommateur de modifier son mode de vie.*
- *Les consommateurs adoptent un mode de vie différent en vue d'améliorer leur bilan de santé et leur système immunitaire et de réduire le stress ainsi que leur poids.*
- *Les consommateurs considèrent l'automédication comme une partie importante de la gestion de la santé. Malgré cela, une faible majorité de consommateurs ne pratique pas l'automédication à l'heure actuelle.*
- *Une proportion importante de consommateurs considère les professionnels du secteur des soins de santé, en particulier les pharmaciens et les généralistes, comme la source principale d'informations quant aux médicaments délivrés sans ordonnance.*
- *Les consommateurs achètent généralement les médicaments délivrés sans ordonnance dans les pharmacies, ensuite sur Internet, dans les supermarchés et les magasins de produits naturels.*

### ***Perception du consommateur en matière de changement de mode de vie***

La vaste majorité des consommateurs considère que les changements de mode de vie revêtent une importance capitale dans la gestion et la prévention de leur état et de la maladie, y compris en cas de troubles mineurs. La majorité des personnes interrogées procède à un choix de mode de vie positif de manière quotidienne, avec par semaine 11 %. Les consommateurs adoptent la plupart du temps une bonne hygiène de vie, renforcée par de bonnes habitudes alimentaires et un sommeil adéquat.

*Facteurs influençant la décision des consommateurs de changer de mode de vie*

- Motivation personnelle – 77 %
- Responsabilité personnelle – 74 %
- Indépendance accrue et meilleur contrôle de leur vie – 74 %

*Obstacles à un mode de vie différent*

- Revenus – 23 %
- Manque de motivation, du sens des responsabilités et de confiance – 14 %

### ***Opinion du consommateur sur l'automédication<sup>7</sup>***

Une majorité des consommateurs considère l'automédication essentielle à la prévention et à la gestion de leur état et de leurs maladies. Elle paraît cependant moins importante que le changement du mode de vie.

- 80 % des consommateurs ne pratiquant pas encore l'automédication souhaitent le faire
- 32 % le feraient sur l'avis de leur médecin
- 24 % le feraient sur l'avis de leur pharmacien
- 18 % souhaitent le faire sans recommandation formulées par des professionnels du secteur des soins de santé.
- Près de 75 % des consommateurs admettent pratiquer l'automédication une fois par mois.

La plupart des consommateurs considère les pharmaciens (38 %) et les généralistes (27 %) comme leur principale source d'informations sur les médicaments délivrés sans ordonnance, suivi par Internet (c. 18 %).

---

<sup>7</sup>Aux fins du Baromètre de la prise en charge autonome de l'Epposi, l'automédication est assimilée à la sélection et à l'usage de médicaments délivrés sans ordonnance par un individu en vue de traiter une maladie ou des symptômes qu'il aura diagnostiqués lui-même. Les traitements comprennent les médicaments délivrés sans ordonnance, les produits traditionnels et à base de plantes, les compléments alimentaires et les vitamines.

## **1. Observations finales**

Une plus grande pratique de la prise en charge autonome se veut bénéfique pour les individus, la société et le gouvernement. Elle améliorera le bien-être ainsi que la qualité de vie et la productivité, et réduira le fardeau pesant sur les services de soins de santé et la sécurité sociale. Bien d'autres avantages pourraient encore en découler. Les consommateurs estiment déjà que la prise en charge autonome est importante et la plupart souhaite se responsabiliser davantage quant à leur propre santé. Nombreux sont ceux qui adoptent déjà la prise en charge autonome via un changement de mode de vie et dans une moindre mesure, l'automédication.

Seuls 20 % des consommateurs se disent cependant prêts à gérer leur propre santé. Cet élément fait ressortir le rôle incontournable de l'information en matière de santé visant à développer la connaissance, les capacités et les compétences permettant de passer à la prise en charge autonome. Il existe un lien évident entre l'information en matière de santé et la disposition ainsi que la volonté à se responsabiliser vis-à-vis de sa santé.

Les consommateurs considèrent les professionnels du secteur des soins de santé comme un élément essentiel dans la prévention et la gestion de leur santé et comme source principale d'informations sur la prise en charge autonome, l'automédication et le traitement de troubles mineurs. Nombreux sont ceux qui optent pour une visite chez leur médecin avant de procéder à un changement de mode de vie ou de pratiquer l'automédication.

Malgré une bonne compréhension et une connaissance suffisante quant à la manière de pratiquer la prise en charge autonome, les consommateurs se heurtent à des obstacles les empêchant d'en voir les bienfaits. Les consommateurs auront besoin de conseils et de directives s'ils doivent se responsabiliser davantage quant à leur santé et leur bien-être. Ils ont besoin d'encouragement, de soutien et d'une connaissance élémentaire ainsi que des compétences et des outils adaptés pour assumer cette tâche.

Pour parvenir à un niveau de prise en charge autonome plus important, il est impératif de modifier le lien entre les professionnels du secteur des soins de santé d'une part, leurs patients et les autres professionnels des soins de santé – en particulier les pharmaciens, d'autre part. Ils doivent partager la gestion clinique des patients, en particulier en cas de troubles ne nécessitant pas de consulter un médecin.

## **2. Recommandations**

De nouvelles politiques sont nécessaires pour définir le rôle des professionnels du secteur des soins de santé dans le cadre de la prise en charge autonome. Il est impératif de favoriser les soins partagés, la prévention, la gestion du mode de vie ainsi que l'implication du consommateur. Une formation axée sur les compétences s'avérera vitale au changement de mentalité des professionnels du secteur des soins de santé en tant que prestataires de soins et des patients en tant que bénéficiaires passifs.

Le gouvernement doit faire de la prise en charge autonome une partie intégrante de la politique en matière de santé, avec le soutien des intervenants en vue de développer des solutions abordables, pratiques et durables. Parmi elles, un investissement plus important dans la promotion de la santé et la prévention de la maladie. Les gouvernements doivent également chercher à établir de meilleurs partenariats avec des acteurs tels que l'industrie pharmaceutique ainsi que les assureurs du domaine de la santé afin d'améliorer les résultats en partageant les données et les ressources.

De nouvelles politiques soutenant la prise en charge autonome sont nécessaires à la clarification du rôle de l'industrie dans ce changement vers un sens accru des responsabilités. L'accès à des médicaments délivrés sans ordonnances (fondé sur une preuve garantissant sécurité et efficacité, selon laquelle un vaste éventail de médicaments peut être délivré pour un usage ne nécessitant aucune ordonnance) ainsi que des thérapies complémentaires et alternatives doivent être facilités. De même

que l'industrie doit continuer de fournir un accès en temps opportun à des médicaments de bonne qualité qui soient sûrs, efficaces et abordables.

Les assureurs du domaine de la santé ainsi que les prestataires de soins de santé de l'État auront également un rôle essentiel à jouer, en vue d'aider l'intégration d'incitations à la prise en charge autonome. À mesure que le coût des soins de santé grimpe, les individus et les familles ont besoin d'être encouragés à pratiquer la prévention et une automédication adéquate et à adopter des alternatives saines en vue de prévenir les interventions coûteuses à plus long terme.

## Remerciements :

Cette étude quantitative et ce rapport sur la perception de la prise en charge autonome en Europe ont été réalisés avec le soutien financier exclusif de Pfizer.

Nous souhaiterions également adresser nos remerciements aux organisations membres de l'Epposi ayant contribué via la participation de leurs experts dans la phase préparatoire de l'enquête et son analyse.

## À PROPOS DE L'EPPOSI

### ❖ *Missions et objectifs*

Fondée en 1994 et basée à Bruxelles en Belgique, l'Epposi est une cellule de réflexion indépendante, à but non lucratif, fondée sur un partenariat et soutenue par plusieurs acteurs du secteur des soins de santé.

Nous nous voulons à la pointe de la formulation des politiques dans le domaine de la santé publique européenne, proposant aux membres et au grand public une recherche indépendante de qualité élevée, un renforcement des capacités, un échange ainsi qu'une diffusion des connaissances en vue de combler le vide entre l'innovation et de meilleurs résultats en matière de santé publique. En vue de remplir notre mission et de nous reposer sur une approche établie, unique, axée sur le citoyen et tenant compte de différents contextes, l'Epposi permet l'obtention de résultats fondés sur un consensus et pondérés de manière égale entre les différents groupes d'intervenants représentés par ses membres, issus d'associations de patients, de la science et de l'industrie.

L'Epposi est ouverte aux membres issus des associations de patients, aux entreprises commerciales et leurs organisations, aux instituts de recherche, aux fédérations professionnelles et commerciales sous le couvert de l'Union européenne. L'adhésion en tant que membre associé est ouverte aux ONG représentant une large gamme d'intérêts de la société civile, de fondations et d'organisations internationales adhérant à la philosophie de l'Epposi et actives dans le domaine des soins de santé humains.

### *Membres de l'Epposi*

#### *Associations de Patients*

- CF Europe (fibrose kystique) ;
- EFA – Fédération européenne des associations d'allergiques et d'asthmatiques ;
- EFCCA – Fédération européenne des associations de patients atteints de la maladie de Crohn ou de recto-colite hémorragique ;
- EFNA – Fédération européenne des associations neurologiques ;
- EFCNI – Fondation européenne pour les Soins aux Nouveau-Nés ;
- EGAN – Réseau européen d'alliances génétiques ;
- EHC – Consortium européen de l'hémophilie ;
- Plateforme européenne de lutte contre la sclérose en plaques ;
- EPDA – Association européenne de la Maladie de Parkinson ;
- EuropaUomo – Coalition contre le cancer de la prostate ;
- EURORDIS – Association européenne pour les maladies rares ; Fédération des patients polonais ;
- GAMIAN-Europe – Alliance globale des réseaux de défense des maladies mentales – Europe ;
- InterChol – Fondation internationale contre le cholestérol ; Retina Europe ;
- WFIP – Fédération mondiale des patients incontinents ;

*Science, Académies et Administrations publiques ;*

- Ministère fédéral belge de la Santé ;
- Recherche contre le cancer, Royaume-Uni ;
- Université de Technologie de Delft – TU Delft (PB) ;
- EFMI – Fédération européenne d’informatique médicale ;
- EUREGHA – Autorités régionales et locales d’Europe pour la Santé ;
- Fit for Work Europe ;
- Université de Maastricht (PB) ;
- Université de Médecine de Lodz (PL) ;
- RAPS – Société d’experts en affaires réglementaires ;
- SIP – Societal Impact of Pain ;
- Université de Cologne (A) ;
- VUB – Université libre de Bruxelles (BE) ;

#### *Industrie et acteurs communautaires*

- Abbott ; AIM – Association Internationale de la Mutualité ;
- Amgen ;
- COCIR – Industrie européenne radiologique, électromédicale et des technologies de l’information en matière de soins de la santé ;
- EDMA – Association européenne des fabricants de diagnostic in vitro ;
- EFPIA – Fédération européenne des associations et industries pharmaceutiques ;
- Eucomed – Industrie de la technologie médicale en Europe ;
- GSK ; Johnson & Johnson ;
- Medtronic ;
- Merck Serono ;
- MSD ; Novartis ;
- Novo Nordisk ;
- Pfizer ;
- REIF – Représentation des institutions françaises de sécurité sociale auprès de l’Union européenne ;
- Roche ;
- Shire ;
- *Observateurs*
- Commission européenne : DG Société de l’information et des médias
- DG de la santé et des consommateurs (Sanco) ;
- Parlement européen
- OSHA – Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail