



## Feuille d'information 65

# «KOMPASS» – autogestion pour les personnes atteintes de troubles musculosquelettiques

Enseignements tirés sur les facteurs de réussite, les obstacles et les impacts du projet soutenu par Promotion Santé Suisse

## Résumé

Le renforcement de la compétence d'autogestion des personnes atteintes de maladies chroniques est un élément central dans le cadre d'une approche de prise en charge globale. C'est précisément là qu'intervient le projet «KOMPASS» pour diffuser des connaissances, insuffler de la motivation et transmettre des compétences, aussi bien aux multiplicatrices et multiplicateurs qu'aux patientes et patients. L'auto-évaluation montre qu'au niveau des multiplicatrices et des multiplicateurs, la compétence de conseil des assistantes médicales et des coordinatrices en médecine ambulatoire (AM/CMA) a été renforcée par la formation continue en deux parties et qu'un élargissement de leur rôle au sein des cabinets médicaux est envisageable. Au niveau des patientes et patients, entièrement sous l'angle de la promotion de l'autogestion, il a été possible d'améliorer les connaissances sur la maladie, l'attitude, les aptitudes et le comportement par rapport à la maladie.

«KOMPASS» a été lancé à l'initiative de la Ligue suisse contre le rhumatisme et mené en collaboration avec deux organisations professionnelles ainsi que le prestataire de formations continues Careum.

## Impacts obtenus

### Au niveau des multiplicatrices et des multiplicateurs:

Amélioration des connaissances et compétence de conseil renforcée chez les AM/CMA sur les thématiques de l'autogestion concernant les troubles musculosquelettiques (plus précisément: l'arthrite et l'ostéoporose)

### Au niveau des patientes et des patients:

Amélioration de la compétence d'autogestion par rapport à leurs propres troubles musculosquelettiques en se concentrant sur l'autonomie et la qualité de vie

## 1 Le projet «KOMPASS»

La promotion de l'autogestion est une question d'actualité centrale abordée dans les stratégies nationales 2018-2024 relatives aux maladies non transmissibles (MNT) et aux addictions ainsi que dans les mesures coordonnées sur la santé psychique. Il n'y a actuellement que peu d'offres basées sur des

## Table des matières

1	Le projet «KOMPASS»	1
2	Mise en œuvre et impacts	2
3	Conclusion	5
4	Données clés	6

preuves en Suisse. «KOMPASS» poursuit l'objectif général d'intégration renforcée de l'autogestion dans le domaine des soins pour les personnes atteintes de troubles musculosquelettiques (à l'exemple d'arthrite et d'ostéoporose). À plus long terme, «KOMPASS» envisage de développer le rôle des AM/CMA<sup>1</sup> au sein des cabinets de rhumatologie et de créer un service d'accueil et de coordination pour les problématiques relatives aux troubles musculosquelettiques.

«KOMPASS» forme dans un premier temps les AM/CMA en tant que multiplicatrices sur les compétences d'autogestion au niveau des connaissances (p. ex. les possibilités thérapeutiques), des aptitudes (p. ex. l'observation des symptômes) et de la motivation (p. ex. l'adaptation au mode de vie dans le domaine de l'activité physique). Dans un deuxième temps, les AM/CMA, en tant que conseillères transmettent leurs connaissances aux patientes et patients pour leur permettre de renforcer leurs compétences d'autogestion.

Le projet «KOMPASS» est mené dans le cadre de conseils individuels au sein de cabinets de rhumatologie ambulatoires. Les rhumatologues ou les AM/CMA attirent l'attention des patientes et des patients sur l'offre de conseil gratuite.

## 2 Mise en œuvre et impacts

### 2.1 Ressources, mise en œuvre et prestations du projet

Le projet a été initié et mené sous la direction de la Ligue suisse contre le rhumatisme (LSR). Le consortium était par ailleurs composé des deux organisations professionnelles des groupes professionnels impliqués, la Société Suisse de Rhumatologie (SSR) et l'Association suisse des assistantes médicales (ASAM), ainsi que du prestataire de formations continues Careum. La Ligue suisse contre le rhumatisme a mis en œuvre le projet et mis sur pied un organe de coordination, le projet était suivi par un conseil des membres du consortium. Cette struc-

ture de projet a permis d'associer le savoir-faire requis par le projet et l'intégration des multiplicatrices et multiplicateurs visé-e-s par l'intermédiaire de leurs organisations professionnelles. Elle s'est avérée solide et efficace pour le projet pilote même en pleine pandémie de coronavirus et avec un changement de personnel au sein de la gestion du projet. Au début du projet, le module «Prise en charge des patient-e-s de longue durée par les AM – module Rhumatisme» a été élaboré avec Careum Weiterbildung. La LSR a dans le même temps mis en place une formation continue de trois jours portant sur le concept de conseil et son application dans la pratique. Jusqu'à fin 2020, quinze AM ont été formées au cours de trois cycles de formation continue. En parallèle, onze cabinets pilotes composés en tout de 20 médecins spécialistes ont pu être recrutés, les déplacements en personne des responsables du projet dans les cabinets intéressés ayant fait leurs preuves. Au sein des cabinets, l'offre de conseil a atteint 59 personnes souffrant d'arthrite ou d'ostéoporose, 52 d'entre elles ayant terminé leur consultation à la fin décembre 2021. Au total, 369 heures de conseil ont été effectuées.

Les ressources financières allouées au projet se sont élevées au total à CHF 342 000, dont CHF 200 000 fournis par le soutien de projets PDS (tableau 1). La gestion et la coordination du projet ont nécessité CHF 276 000. Ce montant comprend la charge d'élaboration du concept, le fonctionnement de l'organe de coordination de la LSR ainsi que la réalisation de l'auto-évaluation.

Quelque CHF 60 000 ont été dépensés en tout pour la formation continue des AM/CMA et les honoraires des AM pour les prestations de conseil au sein des cabinets pilotes. Un peu plus de CHF 18 000 ont été nécessaires pour la communication et l'administration. Il en a résulté pour le projet un déficit d'environ CHF 12 000, qui a été pris en charge par la LSR.

La prolongation en 2021 a nécessité CHF 100 000 supplémentaires, qui ont été couverts par les fonds propres de la Ligue suisse contre le rhumatisme ainsi que par d'autres fonds de la fondation.

<sup>1</sup> AM: assistantes médicales; CMA: coordinatrices en médecine ambulatoire.

TABLEAU 1

Compte du projet «KOMPASS»

	2019 (1 <sup>re</sup> année du contrat)	2020 (2 <sup>e</sup> année du contrat)
<b>Recettes</b>		
Promotion Santé Suisse	100 000	100 000
Ressources propres (total) dont ressources humaines	20 000 0	22 000 0
Ressources externes	40 000	60 000
<b>Dépenses</b>		
Gestion/coordination du projet	110 000	166 000
Formation/formation continue	29 700	20 430
Communication/marketing	0	10 500
Évaluation	—*	—*
Administration	3 500	4 375
Spécifiques au projet: honoraires AM/CMA	0	9 620

\* Aucune donnée, car les coûts de l'auto-évaluation sont comptabilisés à la rubrique «Gestion/coordination du projet».

2.2 Orientation impact, modèle d'impact et auto-évaluation du projet

**Orientation impact**

Tous les projets soutenus par Promotion Santé Suisse sont tenus d'être orientés vers l'impact. Ils doivent baser leurs activités sur un modèle d'impact qui fait ressortir la logique d'impact recherchée.

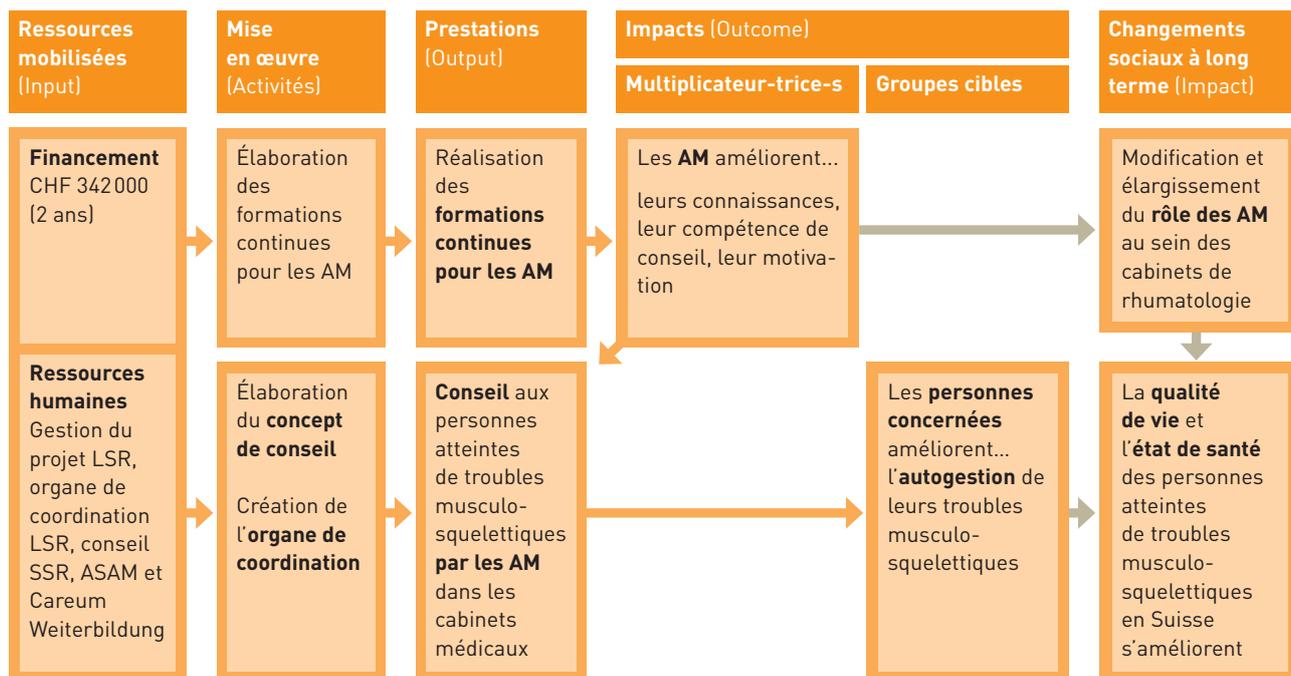
**Auto-évaluation**

Les impacts du projet «KOMPASS» ont été contrôlés dans le cadre d'une auto-évaluation.<sup>2</sup> Elle s'est appuyée sur les données suivantes:

- Monitoring du nombre de participantes et de participants (cabinets, AM, patientes et patients)
- Feedbacks écrits sur les formations continues des AM et contrôle du résultat des formations continues des AM
- Enquête écrite auprès des patientes et patients participant-e-s avec suivi après deux mois
- Entretiens de groupe avec les médecins/AM participant-e-s

FIGURE 1

Modèle d'impact «KOMPASS»



2 Voir [rapport d'évaluation «KOMPASS»](#) (accès: 15.01.2022).

### 2.2.1 Impacts auprès des AM/CMA et au sein des cabinets pilotes (multiplicatrices et multiplicateurs)

La formation continue avec ses parties chez Careum et au sein de la LSR a été bien accueillie par les participantes et les participants, comme le montre une analyse des questionnaires de feedback correspondants.

**Les AM/CMA estimaient que leurs connaissances, leurs aptitudes et leur attitude vis-à-vis de la mission de conseil étaient bonnes à très bonnes après avoir terminé la formation continue.**

Des entretiens de groupe ont été menés au sein de trois cabinets pilotes. Il a ainsi été possible d'obtenir des indications à propos des impacts sur l'organisation sociale et la collaboration au sein des cabinets pilotes. Il en ressort que l'introduction d'une nouvelle offre au sein d'un cabinet médical se passe mieux lorsque l'ensemble de l'équipe qui le compose est impliquée au préalable. Une intensification de la collaboration interprofessionnelle a par ailleurs été constatée au sein des cabinets.

**Dans l'ensemble, les changements reposant sur l'activité de conseil des AM ont été évalués positivement par les médecins spécialistes et les AM elles-mêmes.**

### 2.2.2 Impacts sur les personnes concernées participantes (patientes et patients)

L'enquête écrite auprès des patientes et patients qui ont profité d'un conseil dispensé par les AM a révélé **un niveau de satisfaction élevé à très élevé** dans les trois dimensions étudiées: le concept de conseil, la compétence des conseillères et le setting pratique.

Les conseils ont été perçus comme bien structurés quant à leur contenu, efficaces et source de soutien individuel. **Après les conseils, la compétence d'autogestion par rapport à leur maladie a été évaluée comme bien meilleure qu'auparavant par les participantes et les participants.**

Sur une échelle de 0 à 10, les valeurs moyennes ont toutes progressé au-dessus de 8 sur l'ensemble des thèmes du conseil, indépendamment des valeurs initiales (figure 2).

À l'aide d'échelles éprouvées du questionnaire *European Quality of Life* (EQ-5D-5L)<sup>3</sup>, l'enquête a également porté sur des changements objectivés au ni-

veau de la compétence d'autogestion et de la qualité de vie. **La plupart des résultats font état d'une tendance légèrement positive** (figure 3).

FIGURE 2

#### Évaluation subjective de la compétence d'autogestion des participant-e-s avant (N=53) et après le conseil (N=50)

● Avant conseil ● Après conseil  
(0=aucune compétence, 10=compétence très élevée)

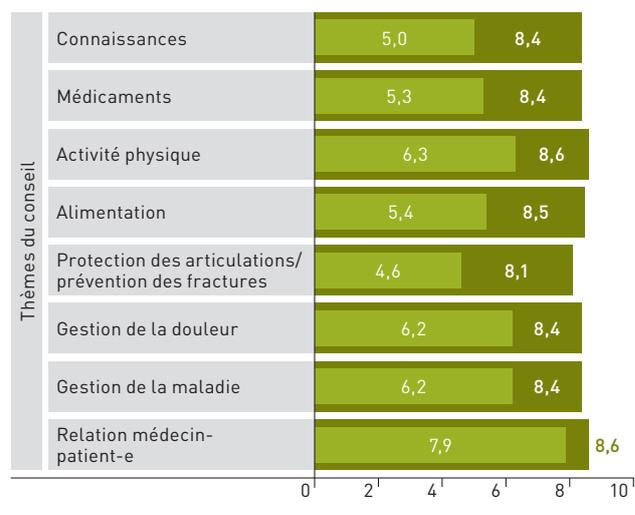
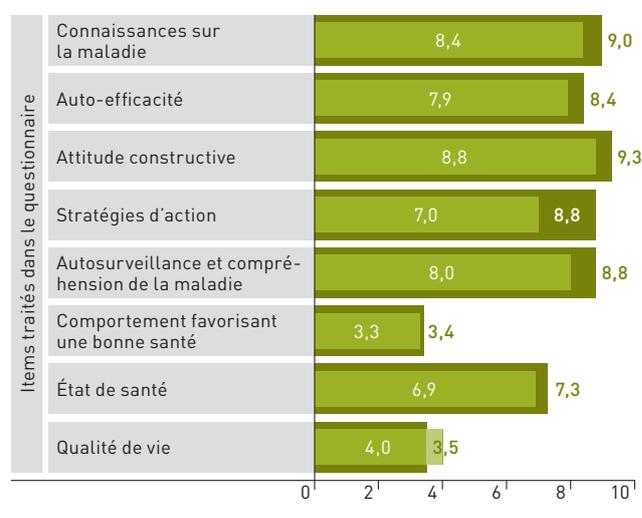


FIGURE 3

#### Mesure de la compétence d'autogestion des participant-e-s avant (N=52) et après le conseil (N=48)

● Avant conseil ● Après conseil  
(Représentation standardisée de 0 à 10 des différentes échelles)



Les compétences d'autogestion des personnes concernées ont pu être nettement améliorées dans le cadre du projet pilote. Une forte amélioration est notamment observée aux niveaux des stratégies d'action acquises, de l'interprétation des symptômes et de la compréhension de la maladie. L'activité de la maladie a légèrement diminué, l'état de santé actuel et les stratégies d'action sont légèrement mieux évalués.

En raison du faible nombre de cas, les résultats doivent être interprétés avec précaution, étant donné qu'il n'est pas possible de se prononcer sur le caractère statistiquement significatif des résultats.

Dans l'ensemble, l'évaluation montre au niveau des personnes concernées que la participation aux séances de conseil conduit à **une meilleure information des personnes concernées et une plus grande assurance dans la gestion de leur maladie**. On peut supposer que l'impact sur l'état de santé et la qualité de vie a été positif, mais les résultats disponibles ne permettent pas de le prouver.

### 3 Conclusion

Sur la base des résultats disponibles, le projet pilote «KOMPASS» est jugé réussi. Pour une phase ultérieure, le financement, l'accompagnement scientifique ainsi qu'une stratégie de marketing et de communication adaptée au groupe cible sont des aspects essentiels.

#### 3.1 Enseignements

La réalisation et l'auto-évaluation du projet «KOMPASS» permettent de tirer les enseignements centraux suivants:

- I. Grâce à la formation continue bien structurée, les AM/CMA formées se sentent en mesure de conseiller les patientes et les patients en faisant preuve de compétence. La formation continue leur a apporté un fort bénéfice aussi bien professionnel que méthodologique pour la pratique future du conseil.
- II. Les patientes et les patients qui ont profité d'un cycle de conseil complet se sentent plus solides par rapport à leur propre maladie.

III. Le recrutement des cabinets demande un important investissement et mobilise beaucoup de ressources: seulement 10 des 110 cabinets contactés par les différents canaux ont participé.

IV. Le temps nécessaire pour établir une nouvelle compréhension des rôles au sein d'un setting ambulatoire évalué à deux ans a été complètement sous-estimé: un changement d'approche et de culture envers le rôle des AM/CMA au sein des cabinets de rhumatologie ambulatoires demande bien plus de temps. La pandémie de coronavirus a par ailleurs compliqué le travail avec les acteurs au sein du système de soins.

#### 3.2 Potentiel du projet

L'approche testée dans le projet «KOMPASS» a eu des impacts positifs.

Le potentiel du conseil directement intégré dans la prise en charge réside dans le fait que les patientes et les patients sont plus enclin-e-s à trouver une manière de gérer leur maladie au quotidien et y sont davantage incité-e-s d'une manière simple et à bas seuil en sus et en complément de la consultation médicale. L'amélioration de la qualité de vie et de l'autonomie des personnes concernées qui en résulte devrait, outre la valeur confirmée directement par les patientes et les patients, également contribuer à ce que les personnes concernées adoptent durablement un comportement favorisant une bonne santé.

**L'approche de «KOMPASS» peut apporter une contribution à la prévention des troubles musculosquelettiques, s'intègre bien dans le système de soins ambulatoires et favorise le renforcement des aspects préventifs de manière générale.**

Il est nécessaire de trouver de nouvelles sources une fois le contrat du soutien de projets PDS arrivé à son terme pour que l'approche soit durablement ancrée et financée. Les organisations actuellement porteuses du projet veulent maintenir l'offre et ont déjà mis en œuvre les mesures correspondantes.

Il semble recommandé de diffuser l'approche (en changeant d'échelle) sur la base des expériences faites et des résultats de l'auto-évaluation. Cela permettrait également d'analyser l'impact du conseil plus en détail qu'il n'a été possible de le faire jusqu'à présent.

Les organisations porteuses du projet et l'accompagnement du projet chez Promotion Santé Suisse estiment, sur la base de l'évaluation du projet et de l'expérience qu'il a permis d'acquérir, que les aspects suivants de la diffusion sont prometteurs:

- Diffusion de l'offre de conseil à d'autres tableaux cliniques de rhumatismes fréquemment rencontrés dans le cadre desquels des mesures préventives peuvent éviter que des coûts soient occasionnés par la suite (p. ex. la goutte ou l'arthrose du genou et de la hanche).

- Recours renforcé aux cabinets de médecine générale. Les cabinets de médecine générale n'ont pas été activement recrutés dans le cadre du projet. Cette possibilité de changement d'échelle doit être étudiée.
- Mesures de communication renforcées et élaboration d'une stratégie de changement d'échelle pour adapter l'offre de conseil existante à l'ensemble de la Suisse.

---

#### 4 Données clés du projet «KOMPASS»

---

##### Projet

Acquisition de compétences par les personnes atteintes de troubles musculosquelettiques afin d'accroître leur autogestion – cours dispensés par des AM, ou: «KOMPASS»

---

##### Organisations porteuses du projet

- Ligue suisse contre le rhumatisme
- Société Suisse de Rhumatologie (SSR)
- Association suisse des assistantes médicales (ASAM)
- Careum Weiterbildung

---

##### Responsable du projet au sein de la Ligue contre le rhumatisme

Martina Roffler, [m.roffler@rheumaliga.ch](mailto:m.roffler@rheumaliga.ch)

---

##### Durée du soutien

Du 01.01.2019 au 31.12.2020;  
rapport de projet et d'évaluation  
final le 31.03 2021

---

##### Financement

- Total des coûts: CHF 342 000
- Part soutien de projets Promotion Santé Suisse: CHF 200 000
- Contributions de l'organisation responsable: CHF 42 000
- Contributions de tiers (p. ex. sponsors): CHF 100 000

---

##### Groupes cibles

- Médecins: médecins rhumatologues
- Personnel de soin et d'accompagnement médical: assistantes médicales AM, coordinatrices en médecine ambulatoire CMA
- Personnes concernées: personnes souffrant de troubles musculosquelettiques (arthrite, ostéoporose)

---

##### Setting de l'intervention

- Ambulatoire: cabinets de rhumatologie ambulatoires, cabinets de médecine générale avec des patientes et patients souffrant d'ostéoporose
- Domaines d'intervention prioritaires: autogestion des maladies chroniques, formation continue des professionnelles et professionnels de la santé

---

##### Tableaux cliniques/facteurs de santé

- Maladies non transmissibles (MNT): troubles musculosquelettiques
- Facteurs de risque ciblés: alcool, tabac, inactivité, surpoids, stress, alimentation déséquilibrée

---

##### Personne de contact chez Promotion Santé Suisse

Franziska Widmer Howald,  
[franziska.widmer@promotionsante.ch](mailto:franziska.widmer@promotionsante.ch)

---

## Impressum

### Édité par

Promotion Santé Suisse

### Responsable de projet Promotion Santé Suisse

- Franziska Widmer Howald

### Auteurs et auteurs

- Peter Stettler, Büro BASS
- Franziska Widmer Howald, Promotion Santé Suisse
- Martina Roffler, Ligue suisse contre le rhumatisme
- Angela Müller, Ligue suisse contre le rhumatisme
- Valérie Krafft, Ligue suisse contre le rhumatisme

## Crédit photographique image de couverture

[www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

### Série et numéro

Promotion Santé Suisse, Feuille d'information 65

© Promotion Santé Suisse, février 2022

### Renseignements et informations

Promotion Santé Suisse

Wankdorfallée 5, CH-3014 Berne

Tél. +41 31 350 04 04

[office.bern@promotionsante.ch](mailto:office.bern@promotionsante.ch)

[www.promotionsante.ch/publications](http://www.promotionsante.ch/publications)

### Feuilles d'information sur le soutien de projets Prévention dans le domaine des soins (PDS)

Dans le cadre du soutien de projets Prévention dans le domaine des soins (PDS), Promotion Santé Suisse soutient depuis 2019 des projets portant sur les maladies non transmissibles (MNT), les addictions et les maladies psychiques.

Le projet «KOMPASS» appartient au domaine de soutien PDS II, au sein duquel des projets pilotes sont financés pendant deux ans avec une subvention pouvant aller jusqu'à CHF 100 000 par an. Tous les projets soutenus par Promotion Santé Suisse sont tenus d'être orientés vers l'impact. Les projets soutenus du domaine de soutien II réalisent donc une auto-évaluation.

Les feuilles d'information des projets de Prévention dans le domaine des soins terminés décrivent les projets et rendent compte des enseignements tirés de la mise en œuvre et de l'auto-évaluation.

«KOMPASS» a été mené en 2020 et 2021, deux années impactées par la pandémie de coronavirus.

L'ensemble des personnes impliquées ont dû faire preuve d'une grande flexibilité.