

# Au Coeur de VIHeillir

Bulletin d'information bimestriel du Projet VIHeillir

Edition N°1 | Octobre à novembre 2021



Le projet VIHeillir est une expérience pilote dont le but est d'orienter les décisions des politiques de santé. VIHeillir se propose d'améliorer les dispositifs de prise en charge des PVVIH âgées de plus de 50 ans au Cameroun et au Sénégal en intégrant la prise en charge des cinq comorbidités prioritaires durant les visites de routine, adaptant les stratégies qui ont fait leur preuve pour les soins du VIH et en utilisant le plus possible les dispositifs déjà existants entre la clinique et la communauté. Le projet est mis en œuvre :

- au Cameroun à l'Hôpital Militaire Yaoundé et à l'Hôpital de District de Bafia
- au Sénégal au Centre régional de recherche et de formation à la prise en charge clinique de Fann et le Centre de traitement ambulatoire (CTA)

Les 5 comorbidités prises en charge par le projet sont :

- le diabète
- l'hypertension artérielle
- les lésions précancéreuses du col de l'utérus chez la femme,
- les hépatites B et C.

L'impact espéré du projet est la réduction de la mortalité et l'amélioration de la qualité de vie des PVVIH de plus de 50 ans. Les bénéficiaires de ce projet sont les PVVIH de plus de 50 ans qui consultent dans les services de prise en charge identifiés pour la mise en place du projet et le personnel soignant (médical et paramédical) et acteurs communautaire (associations identifiées).

# EDITORIAL

Par Laura CIAFFI et Gabriele LABORDE BALEN

Chers collègues et partenaires,

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous vous présentons la première édition du magazine bimestriel d'information du Projet VIHeillir appelé **Au Cœur de VIHeillir**.

**Au Cœur de VIHeillir** est la vitrine sur nos activités au Cameroun et au Sénégal, nos 2 pays d'intervention. Nous pensons que cette publication nous aidera à présenter les activités du projet, les données de la cohorte VIHeillir, quelques brèves informations techniques, les acteurs du projet, les perspectives de recherche et les activités clé des mois à venir.

Le projet est en cours depuis Octobre 2020, les activités cliniques ont commencé en juin et en août 2021 respectivement au Cameroun et au Sénégal. Pour ce qui est des activités en communauté, bien que pas encore démarrées, les responsables de la mobilisation communautaire ont travaillé pour identifier des nouvelles associations, au-delà de celles déjà connues dans la lutte au VIH. On les présentera à fur et mesure que l'on avance dans le projet. Néanmoins, nous commençons notre « chronique » dès la deuxième année, celle qui devrait nous amener à pleine vitesse dans les activités planifiées.

Au cours des mois d'octobre et novembre 2021, nous n'avons pas lésiné sur nos efforts pour la bonne marche du projet. D'ailleurs, nous sommes heureux de vous annoncer que le projet a été officiellement lancé dans les 2 pays au cours de ces derniers mois. Dans ce numéro, nous vous proposons de revivre les activités que nous avons mises en œuvre pendant cette période. Pour toutes ces activités, c'est de concert avec vous que nous avons pu arriver à ces fins, nous en sommes conscients et nous remercions tout le monde.

Entre temps passez des bonnes fêtes de fin d'année et très bonne année 2022 !!

Pour plus d'informations et si vous avez des contributions pour la prochaine édition, visitez nos comptes Facebook (#VIHeillir) et Twitter (@VIHeillir) ou écrivez-nous à [viheillircameroun@yahoo.com](mailto:viheillircameroun@yahoo.com).

Bonne lecture et à bientôt dans un prochain numéro./

# VIHEILLIR AU CAMEROUN

## Le vieillissement en bonne santé en Afrique au cœur d'une conférence

Identifier les enjeux du vieillissement en Afrique et proposer des interventions de vieillissement en bonne santé et des soins adéquats pour les personnes âgées : c'est ce qui a été discuté lors d'une conférence organisée par le projet VIHeillir le 13 octobre 2021 à la faculté de médecine de l'université de Yaoundé 1 au Cameroun. Présidée par *Mme Jacqueline ZE MINKANDE, Doyen de la FMSB*, la conférence a accueilli une cinquantaine de participants, qui ont été entretenus sur les enjeux du

vieillissement en Afrique et l'adaptation au changement démographique du nombre accru de sujets âgés n'ayant pas suffisamment accès aux services de socio-sanitaires de qualité. Le Professeur Mamadou COUME, Gériatre venu du Sénégal était le principal intervenant. Cette conférence a trouvé tout son intérêt dans un contexte où, en Afrique, les personnes âgées font face à un risque accru de maladies chroniques, d'incapacités et même des décès prématurés.

## Des associations à l'école de l'observance thérapeutique

Dans la mise en oeuvre du projet VIHeillir, des associations sont mobilisées pour accompagner les patients avec des maladies chroniques, notamment dans l'acquisition des compétences nécessaires à la bonne gestion des maladies chroniques. C'est dans ce cadre qu'un atelier de formation sur la communication pour le changement de comportement a été organisé du 22 à 26 novembre 2021 au site de l'Agence Nationale de Recherche sur le Sida (ANRS) au Cameroun. L'atelier a réuni plus de 35 participants et avait pour but de les capaciter

à bien accompagner les patients pour gérer les maladies chroniques et soutenir l'observance à la thérapie et aux mesures d'hygiène de vie.

Au cours de l'atelier, les participants ont appris comment conduire une séance d'éducation thérapeutique, explorer et collaborer avec les réseaux existants médico-sociaux et reporter, évaluer et adapter leurs interventions selon les contextes. La finalité de cet atelier est d'assurer une prise en charge à long terme des maladies chroniques entre la clinique et la communauté.





# VIHEILLIR AU CAMEROUN

## Le projet VIHeillir officiellement lance au Cameroun

La cérémonie de lancement du projet VIHeillir au Cameroun s'est tenue le 14 octobre 2021 sous la présidence du Secrétaire Général du Ministère de la Santé Publique (MINSANTE) du Cameroun. Ce fut l'occasion de présenter le projet à la cinquantaine de participants issus du gouvernement camerounais, des partenaires et de la vingtaine de médias venu prendre part à cet évènement.

Après les mots introductifs visant à mettre en lumière le projet, le Secrétaire Général du

MINSANTE a officiellement lancé le projet au Cameroun au cours d'un discours dans lequel il a déclaré « **les personnes âgées font partie des groupes sociaux les plus défavorisés. Cette couche de population souffre d'une vulnérabilité accrue, de la fréquence de certaines maladies et de la réduction des capacités cognitives.** ». Le projet VIHeillir se présente donc au Cameroun comme une solution à cette situation qui affecte la société et dont la négligence pourrait négativement impacter l'avenir de l'Afrique.



# VIHEILLIR AU SENEGAL

## Des acteurs sociaux et associations formés sur la Communication pour le changement de comportement

La formation CCC s'est déroulée au CRCF du 15 au 17 novembre 2021. Elle a été réalisée dans le cadre d'un ensemble de formations prévues tout au long du projet. Elle s'est adressée en particulier aux acteurs sociaux et aux différentes associations œuvrant pour le soutien aux malades atteints de maladies chroniques. Les sites de prise en charge du projet (HMO, CTA, CRCF) étaient présents ainsi que des représentants du Ministère de la santé, de la Division de lutte contre le sida et les infections Sexuellement Transmissibles (DLSI) et du Conseil National de Lutte contre le Sida (CNLS).

Son but était de former les participants aux techniques de communication et à la prévention des facteurs de risque des maladies métaboliques. Elle leur a permis d'acquérir des compétences pour améliorer la communication et les interventions de prévention auprès des personnes âgées et des aidants.

Les intervenants étaient des spécialistes en matière de vieillissement, de pathologies chroniques, de communication, de diététique et de rééducation fonctionnelle. La formation d'une durée de trois jours a allié des présentations et des exercices pratiques. Les repas ont été élaborés en tenant compte de l'équilibre alimentaire recommandé durant la formation. Une séance d'exercices physiques, animée par le médecin de rééducation fonctionnelle du CHU de Fann a regroupé les participants et les organisateurs dans le hall d'entrée. Elle a clôturé trois jours intenses dans la bonne humeur générale.

Au total, 32 personnes ont participé à cet atelier, dont six associations : le RNP+ et Aboya (PVVIH), le Conseil des aînés (Personnes âgées), l'Association Saafara Hepatite (hépatites), l'ASP/AVC (victimes d'AVC) et l'ASSAD (diabétiques).





# VIHEILLIR AU SENEGAL

## Le projet VIHeillir officiellement lancé au Sénégal !

Le lancement officiel du projet VIHeillir a eu lieu le vendredi 19 novembre 2021 au CNLS sous la présidence de Dr Safiatou THIAM, Secrétaire Exécutive du CNLS, et en présence de Pr Cheikh TIDIANE NDOUR, directeur de la DLSI, Caroline COMITI, représentante de l'Ambassade de France, Dr Karim DIOP, Secrétaire Général du CRCF, Pr Bara NDIAYE, vice-doyen de la faculté de médecine de l'UCAD, Dr Bernard TAVERNE, coordonnateur Nord du site ANRS, Pr Mamadou COUMÉ, gériatre et coordinateur du projet VIHeillir au Sénégal. A côté de ces personnalités, étaient également présents l'Agence Nationale de la Couverture Maladie Universelle (ANACMU), des ONG tels que Enda-Sénégal, le personnel des sites de prise en charge du projet (HMO, CTA, CRCF), les associations qui ont participé à la formation et l'équipe du projet. L'évènement a été couvert par la presse sénégalaise.

Au cours de la cérémonie, Pr Mamadou COUME est revenu sur les enjeux du vieillissement et les défis à relever. Les projets VIHeillir et Grand Age ont été présentés respectivement par Dr El Hadji BARA DIOP (chef de projet) et Dr Bernard Taverne. La Représentante de l'Ambassade de France, le Secrétaire Général du CRCF, le Directeur de la DLSI, le Président du Conseil des Aînés et la Secrétaire Exécutive du CNLS ont pris la parole successivement. Ils ont félicité l'équipe du projet VIHeillir, qui s'inscrit dans les préoccupations actuelles des autorités de santé sur les questions du vieillissement des PVVIH et plus largement de la prise en charge des maladies chroniques, un enjeu de santé publique grandissant au Sénégal comme dans tous les pays.

La cérémonie a pris fin avec une photo de famille, des interviews avec les journalistes et un cocktail. Cette cérémonie a eu un retentissement médiatique important, à la télévision et dans les journaux nationaux.



# LE PORTRAIT



**Micheline NGALLE**, Conseillère psychosociale / éducatrice du projet VIHeillir à l'Hôpital Militaire de Yaoundé au Cameroun, nous parle d'elle en quelques mots. Poursuivons juste la lecture pour la découvrir !

## ***Parlez-nous de vous (parcours scolaire et professionnel)***

J'ai fait une formation en couture au Collège St Esprit de Douala. De 1976 à 1978, j'ai été formée en Counseling, puis j'ai travaillé au projet PRISCA comme conseillère psychosociale jusqu'en 2001. Après cela, j'ai travaillé pendant 2 ans pour Médecins Sans Frontières dans le cadre du projet PAVI. Aujourd'hui, je travaille pour le projet VIHeillir.

## ***Quelle est votre motivation ?***

C'est de voir toutes les personnes vivant avec le VIH bien dans leur peau. Je leur souhaite la longévité.

## ***Quels sont vos hobbies ?***

Le ménage, écouter et conseiller mes tiers.

## ***Décrivez votre vécu et vos activités dans le cadre du projet VIHeillir ?***

Je reçois les patients, je prends leurs paramètres, je leur explique le projet VIHeillir et je les enregistre. Après quoi je les emmène chez ma collègue qui les enregistre dans les tablettes. Je les accompagne aussi les patients à la caisse et la pharmacie.

## ***En tant que conseillère psychosociale, quel a été votre plus gros défi et comment l'avez-***

## ***vous relevé ?***

Quand une personne est testée positive au VIH, elle ne veut pas que son partenaire soit au courant. Je lui recommande d'aller suggérer à son partenaire de faire le test VIH. Quand je reçois les 2 partenaires, je les prépare à l'acceptation du résultat, un peu comme si je n'étais pas en contact avec mon principal patient. Quand les résultats sont discordants, je m'entretiens d'abord avec la personne dont le résultat est négatif. C'est alors que je m'occupe de la personne dont le résultat est positif. Mon approche est d'emmener la personne négative à consoler la personne positive.

## ***Comment percevez-vous l'impact du projet ?***

Je souhaite que les résultats soient satisfaisants pour qu'enfin toutes les personnes qui souffrent d'autres maladies que le SIDA puissent bénéficier d'une prise en charge de l'état.

## ***Un mot aux lecteurs !***

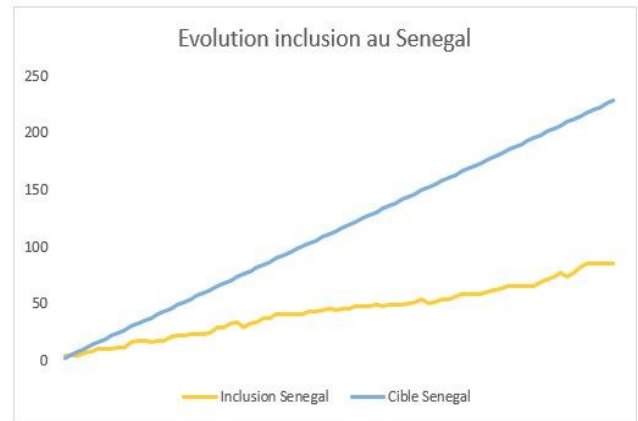
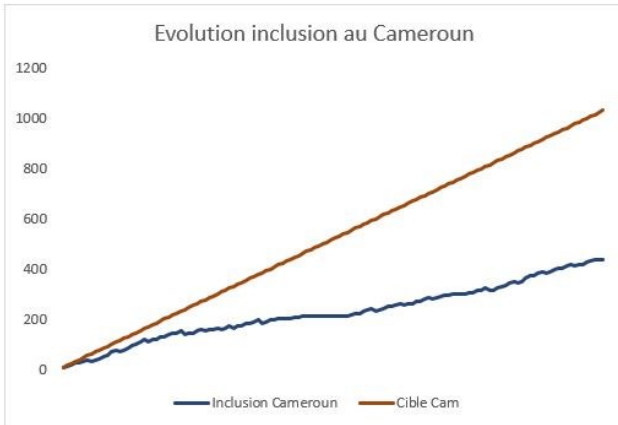
Qu'ils s'impliquent davantage dans le projet parce que de sa réussite dépend une meilleure prise en charge des patients et dans le futur, de ceux qui souffrent des autres maladies telles que le diabète et l'hypertension.



# SPOT SAVOIR :

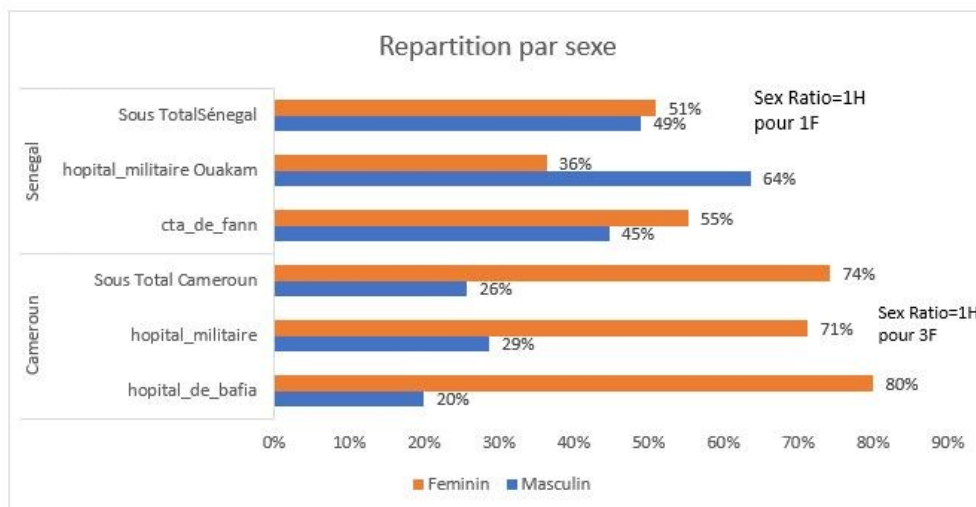
## UN APRECU SUR LES DONNEES DU PROJET

Les enregistrements ont commencé le 21 juin et le 9 août 2021 respectivement au Cameroun et au Sénégal. Au 31 novembre 2021, VIHeillir comptait 674 PAVVIH, soit 561 au Cameroun et 113 au Sénégal. Les inclusions sont beaucoup plus lentes que prévu, comme on peut voir sur ces graphiques.



Moins de la moitié des inclusions escomptées ont été faites. Ce retard est expliqué en parti par le temps nécessaire aux équipes pour se familiariser avec les procédures et la réduction des contacts entre les patients et les services suite à la différenciation des soins en communauté et par les accompagnateurs psychosociaux. Les équipes sont informées et travaillent à des solutions.

L'analyse des données en fin septembre 2021 a permis de mettre en évidence certains différences entres les sites. Pour ce qui concerne la distribution par sexe, on note au Cameroun une sur-représentation des femmes qui ne correspond pas aux statistiques nationales de files actives. Est-ce que les hommes, bien que enregistrés, restent plus en communauté ? Tant de questions à se poser.



Dans l'ensemble, nous avons reçu les patients dont les âges varient de 50 à 81 ans. Les plus âgés ont respectivement 81 ans au Sénégal et 79 au Cameroun. L'âge moyen des participants sont respectivement 59 ans au Cameroun et 62 ans au Sénégal.



# ET SI ON PARLAIT DES FRUITS ET DU DIABETE !!!



Les fruits font partie d'une alimentation équilibrée. Tout comme les légumes, ils sont riches en vitamines, minéraux, antioxydants et fibres. Une alimentation riche en légumes et fruits permet de réduire le risque de maladie du cœur, d'AVC et de certains types de cancer. Inversement, une alimentation pauvre en légumes et fruits est une des principales causes de maladies chroniques.

Tous les fruits, sans exception, peuvent être consommés par une personne diabétique. Cependant, certains fruits ont un contenu en **glucides** (sucre) plus élevé que d'autres. Pour favoriser un meilleur contrôle de la **glycémie**, il est donc important de porter une attention particulière à la quantité de fruits consommée et de bien répartir les portions durant la journée.

Pour un repas équilibré contenant une quantité adéquate de glucides, **une portion de fruit est généralement suffisante**. Cela dit, vous pouvez manger plusieurs portions de fruits par jour - la plupart des gens ont besoin de deux à quatre portions par jour. Les fruits entiers, surtout s'ils sont consommés avec leur pelure, constituent une source intéressante de **fibres alimentaires**.

## Une portion c'est quoi ?

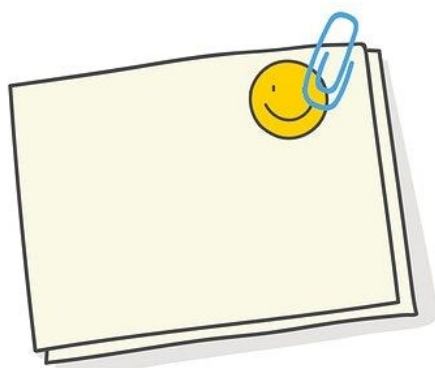
Une portion de fruit fournit 15 g de glucides. La quantité de fruits équivalente à une portion varie en fonction de la concentration en sucre de chaque fruit. Voici quelques exemples de la quantité de fruits correspondant à une portion.

1 Portion	Fruit
1 fruit entier de grosseur moyenne	Orange, pomme, poire
½ fruit de plus gros calibre	Banane, pamplemousse, mangue
2 fruits de petit calibre	Mandarine
Fruits séchés	3 dattes, 2 c. à soupe de raisins secs
<b>Il vaut mieux consommer des fruits avec leurs fibres que d'en boire les jus.</b>	

(source Diabète Québec : <https://www.diabete.qc.ca/fr/vivre-avec-le-diabete/alimentation/aliments-et-nutriments/les-fruits/>)



# AGENDA



## Janvier

- Lancement des activités communautaires
- Deuxième réunion du comité de stratégie opérationnelle

## Février

- Réunion d'inter-coordination au Sénégal
- Lancement du projet Sidaction

**Directrice de publication**

Dr Laura CIAFFI, Coordonnatrice

**Rédaction :**

Bara Diop, xxxxxxxx

Gabriele Laborde Balen, xxxxxxxx

Winnie KITIO, Responsable communication

**Crédit images**

Toute l'équipe du projet

**Montage graphique**

Winnie KITIO, Responsable communication

**Contacts :****Site de coordination de l'ANRS Cameroun**

Hôpital Central de Yaoundé

BP : 16237

Téléphone : (237) 699 490 060

Email : viheillircameroun@yahoo.com



**L'INITIATIVE**  
sida, tuberculose, paludisme

