

Kit de survie



des infirmiers



12 Juillet 2024

Bienvenu(e) dans la famille infirmière

par Maryana NOBRE

C'est avec une immense joie et une profonde passion pour notre noble métier que je vous présente ce guide destiné à éclairer et accompagner chaque infirmier et infirmière en début de carrière ou en quête d'évolution professionnelle. À travers les "**Journées des infirmiers**", j'ai eu le privilège de rencontrer des professionnels de santé engagés et des étudiants motivés, tous animés par le même désir : celui de servir et de soigner.

Ce guide, fruit de nombreuses rencontres et échanges, se veut être votre compagnon de route, une boussole dans le vaste océan du système de santé français. Je tiens à remercier les étudiants- infirmiers qui m'ont poussé à la création de ce guide afin que tout le monde puisse en bénéficier d'accès aux informations relevant de la culture générale professionnelle.

Notre profession est riche de diversités et d'opportunités (encore faut-il les connaître !), mais elle peut également sembler complexe et parfois déroutante. Le système de santé en France, avec ses structures, ses acteurs et ses réglementations, nécessite une compréhension approfondie pour naviguer efficacement. C'est pourquoi ce guide commence par une exploration détaillée du système de santé français, de ses fondements historiques à ses évolutions contemporaines, en passant par la présentation des principaux acteurs et de leurs missions respectives.



Les types d'exercice de notre profession sont variés : infirmiers hospitaliers, libéraux, en établissements médico-sociaux ou encore dans des structures de soins à domicile. Chacun de ces contextes a ses spécificités, ses défis et ses opportunités. Nous aborderons ainsi les cadres d'exercice, les compétences requises et les particularités de chaque milieu, afin que vous puissiez choisir la voie qui correspond le mieux à vos aspirations et à vos compétences.

L'un des aspects les plus enrichissants de notre carrière est la possibilité de se former tout au long de la vie. Les opportunités de formations continues, de spécialisations et de montée en compétences sont nombreuses. Nous dresserons un panorama complet des formations disponibles, ainsi qu'un "arbre de vie professionnelle" illustrant les différentes perspectives d'évolution qui s'offrent à vous, de la spécialisation à la recherche, en passant par l'enseignement et le management.

Ensemble, continuons à œuvrer pour le bien-être et la santé de tous

Pour ceux et celles qui souhaitent se lancer dans l'exercice libéral, ce guide vous fournira les informations essentielles pour réussir cette transition. Du cadre administratif aux obligations légales, en passant par les aspects pratiques de la gestion d'un cabinet, vous trouverez ici toutes les clés pour démarrer votre activité en toute sérénité.

Enfin, nous aborderons les informations administratives vitales pour tous les types d'exercice. Que vous soyez en milieu hospitalier, en libéral ou en institution, il est crucial de maîtriser les aspects réglementaires et administratifs de votre pratique pour garantir une carrière sereine et épanouie. L'importance de connaître les règles pour avancer sur l'échiquier professionnel ne fait pas de doute. Ce guide se veut pragmatique et inspirant, un soutien dans vos premiers pas ou dans vos nouvelles orientations professionnelles. Nous avons réuni des conseils d'experts, des témoignages inspirants et des ressources pratiques pour vous accompagner dans chaque étape de votre parcours.

En vous souhaitant une lecture enrichissante et une carrière épanouissante, je vous remercie de votre engagement et de votre dévouement pour cette profession exceptionnelle. .

Bien cordialement,
Maryana Nobre

Soignante et tête pensante des "Folles Journées des Infirmiers"



JDI

Objectif : une carrière réussie



1 - Système de santé en France et à l'étranger

- Santé en France
- Comparaison des systèmes de santé
- Opportunités à l'étranger



2 - Structure de système de santé

- Organigramme détaillé des différentes structures de santé



3 - Les institutions représentatives

- ONI, syndicats et associations infirmiers
- Comment s'impliquer



4 - Différents types d'exercice infirmier et droit du travail

- Fonction publique, exercice en privé et libérale
- Droits et devoirs



5 - Arbre de vie professionnelle infirmière

- Résilience et adaptabilité



6 - Matériel professionnel : équipement et soin

- Innovation récentes
- Entretien et gestion du matériel médical



7 - Numérique en santé

- Technologie numérique
- Entretien et sécurité des données



8 - J'assure mon activité

A VENIR



9 - Je finance mes projets

- Construction financière d'un projet
- Modèles de financement
- Types de sociétés et rentabilité

10 – Ça roule pour moi

- Différentes mobilités
- Achat de véhicules

11 – Ma santé mentale – soyez bien entourés

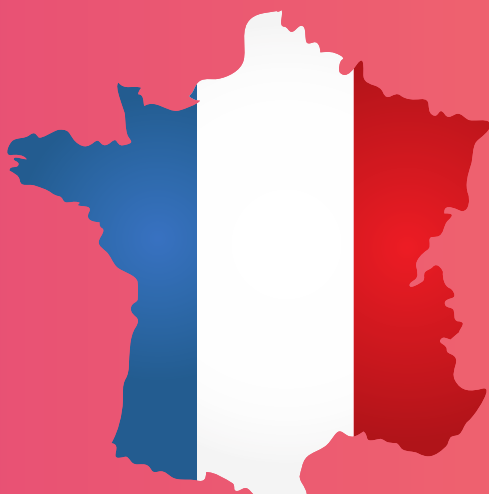
- Techniques de gestion du stress et du burnout
- Ressources et contacts pour le soutien psychologique

12 – Pour la fin

- Un article de Claire LEFEVRE sur l'empathie



1 – Le système de santé en France et à l'étranger



France

Points forts :

- **Accès universel** : Le système de santé français est basé sur l'accès universel aux soins, financé par l'assurance maladie obligatoire.
- **Qualité des soins** : Les soins médicaux sont de haute qualité, avec des professionnels bien formés et des équipements modernes.
- **Prévention** : Une attention particulière est accordée à la prévention, avec des campagnes de vaccination et de dépistage.
- **Liberté de choix** : Les patients ont la liberté de choisir leurs praticiens et établissements de santé.

Points faibles :

- **Coût élevé** : Les dépenses de santé sont élevées, ce qui pèse sur le budget de l'État.
 - **Complexité administrative** : Le système peut être complexe et bureaucratique, ce qui peut ralentir l'accès aux soins.
 - **Disparités régionales** : Il existe des disparités dans l'accès aux soins entre les régions urbaines et rurales.
-

États-Unis

Points forts :

- **Innovation et technologie** : Les États-Unis sont à la pointe de l'innovation médicale et technologique.
- **Choix et spécialisation** : Large choix de prestataires et de spécialités médicales.
- **Qualité des soins** : Les soins sont généralement de très haute qualité dans les établissements bien financés.



Points faibles :

- **Accès inégal** : L'accès aux soins dépend souvent de la couverture d'assurance, laissant une partie de la population sans couverture adéquate.
 - **Coûts prohibitifs** : Les coûts des soins de santé sont très élevés, ce qui peut entraîner des dettes médicales importantes pour les patients non assurés ou sous-assurés.
 - **Complexité du système** : Multiplicité des assureurs et des réglementations, rendant le système complexe à naviguer.
-

Canada



Points forts :

- **Accès universel** : Le système de santé canadien assure un accès universel aux soins médicaux essentiels.
- **Qualité des soins** : La qualité des soins est élevée, avec des professionnels bien formés.
- **Coût pour le patient** : Les patients ne paient généralement pas pour les services de santé essentiels au point de service.

Points faibles :

- **Temps d'attente** : Les temps d'attente pour les consultations spécialisées et certaines procédures peuvent être longs.
 - **Manque de personnel** : Certains secteurs souffrent d'un manque de personnel médical, ce qui peut affecter l'accès aux soins.
-

Australie



Points forts :

- **Accès universel** : Le système de santé australien offre un accès universel à travers le programme Medicare.
- **Qualité des soins** : Haute qualité des soins et forte orientation vers la prévention.
- **Soutien aux zones rurales** : Programmes spécifiques pour améliorer l'accès aux soins dans les zones rurales et éloignées.

Points faibles :

- **Disparités d'accès** : Certaines régions éloignées peuvent encore rencontrer des difficultés d'accès aux soins spécialisés.
 - **Coûts pour les services privés** : Les coûts des services de santé privés peuvent être élevés.
-

Points forts :

- **Améliorations récentes** : Des réformes récentes ont amélioré l'accès et la qualité des soins dans certains pays.
- **Diversité des options** : Combinaison de systèmes publics et privés offrant diverses options de soins.

Points faibles :

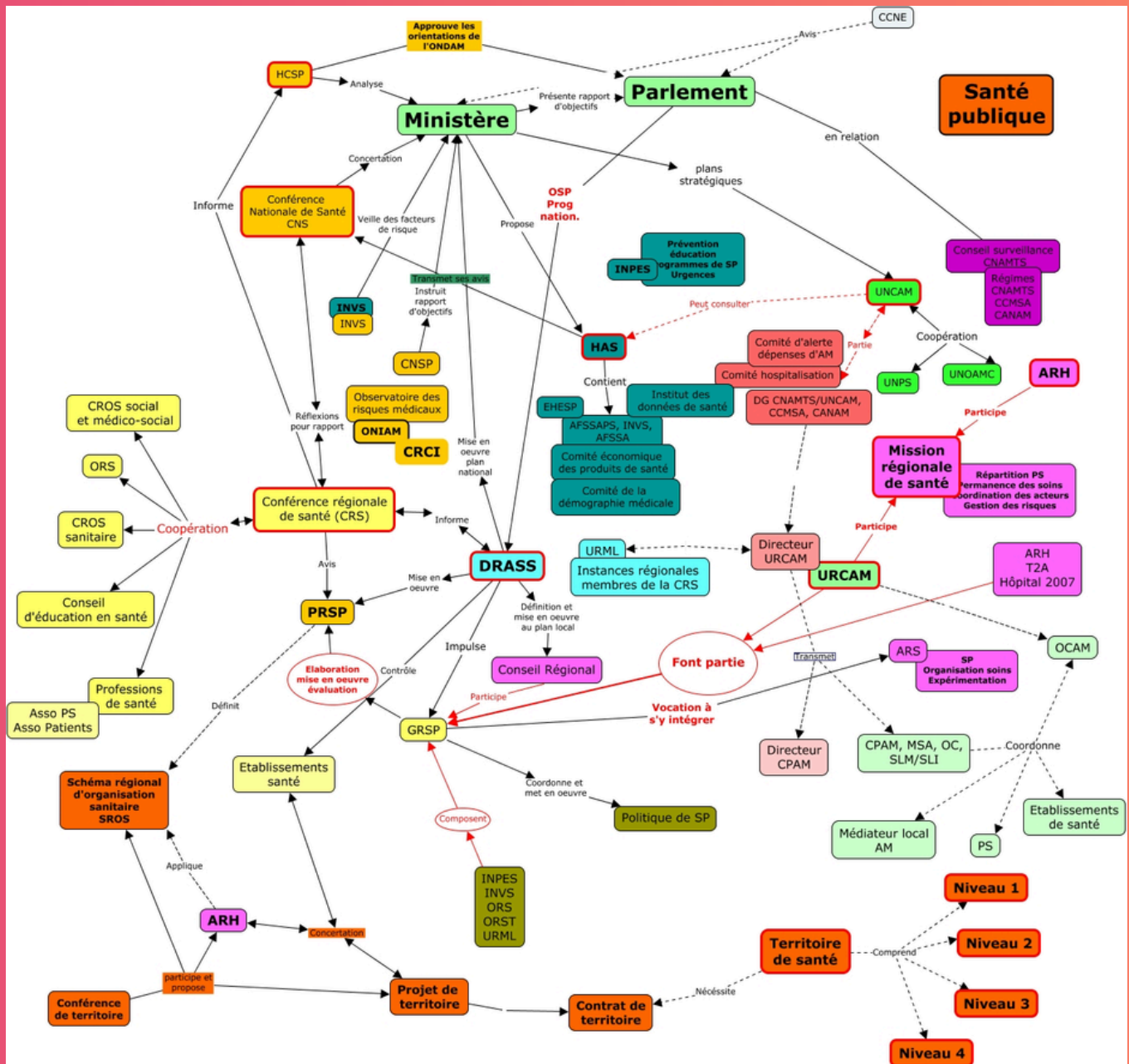
- **Accès inégal** : L'accès aux soins peut varier considérablement entre les zones urbaines et rurales.
- **Financement limité** : Les systèmes de santé peuvent souffrir de sous-financement, affectant la qualité et la disponibilité des services.
- **Infrastructures inégales** : Les infrastructures de santé peuvent être inégales, avec certains établissements manquant de ressources essentielles.



Amérique Latine

Mais revenons en France – magnifique pays !

Voici un petit aperçu de notre système de santé :



2 – Structure du Système de Santé

Organigramme des Différentes Structures de Santé

Le système de santé français est complexe et structuré à plusieurs niveaux, avec des interactions entre les services publics, privés et les différentes institutions régionales et nationales. Voici un aperçu de l'organigramme typique des différentes structures de santé :

1. Niveau National

- **Ministère des Solidarités et de la Santé** : Dirige les politiques de santé publique, de sécurité sociale, et de solidarité.
- **Haute Autorité de Santé (HAS)** : Élabore les recommandations et les protocoles de soins.
- **Caisse Nationale de l'Assurance Maladie (CNAM)** : Gère l'assurance-maladie obligatoire.

2. Niveau Régional

- **Agences Régionales de Santé (ARS)** : Pilotent la politique de santé dans les régions, coordonnent les soins hospitaliers et ambulatoires.
- **Groupements Hospitaliers de Territoire (GHT)** : Assurent la mutualisation des moyens et des compétences entre les hôpitaux publics d'un territoire.

3. Niveau Local

- **Hôpitaux Publics** : Fournissent des soins de courte durée, de moyenne durée et spécialisés.
- **Cliniques Privées** : Offrent des services similaires aux hôpitaux publics, mais gérées de manière privée.
- **Maisons de Santé Pluridisciplinaires** : Regroupent divers professionnels de santé pour des soins de proximité.
- **Centres de Santé** : Offrent des consultations de médecine générale et spécialisée, souvent sans dépassement d'honoraires.
- **Établissements Médico-sociaux** : Fournissent des soins aux personnes âgées, handicapées, ou en situation de précarité.

Directions Complémentaires et leurs fonctions

Le système de santé français comprend plusieurs directions générales et agences qui jouent un rôle crucial dans l'organisation, la régulation et la supervision des soins de santé. Voici une liste des principales directions et leurs fonctions :

1. Direction Générale de l'Offre de Soins (DGOS)

- **Fonction** : La DGOS est responsable de l'organisation de l'offre de soins au niveau national. Elle assure la mise en œuvre des politiques relatives aux établissements de santé publics et privés.
- **Rôles** :
 - Élaboration et suivi des plans nationaux de santé.
 - Coordination des Groupements Hospitaliers de Territoire (GHT).
 - Gestion des ressources humaines dans les établissements de santé.
 - Amélioration de la qualité et de la sécurité des soins.

2. Direction Générale de la Santé (DGS)

- **Fonction** : La DGS pilote la politique de santé publique et veille à la protection de la population contre les risques sanitaires.
- **Rôles** :
 - Prévention et gestion des crises sanitaires.
 - Élaboration des programmes de santé publique.
 - Surveillance et contrôle des risques sanitaires.
 - Promotion de la santé et prévention des maladies.

3. Direction de la Sécurité Sociale (DSS)

- **Fonction** : La DSS est responsable de l'organisation et de la régulation de la Sécurité Sociale, incluant l'assurance-maladie.
- **Rôles** :
 - Gestion et financement des régimes de sécurité sociale.
 - Coordination des politiques de protection sociale.
 - Réforme et réglementation des systèmes de sécurité sociale.

4. Direction Générale de la Cohésion Sociale (DGCS)

- **Fonction** : La DGCS est chargée des politiques sociales, incluant les politiques familiales, de la jeunesse, de l'inclusion sociale et des personnes âgées et handicapées.
- **Rôles** :
 - Coordination des politiques d'aide sociale et de solidarité.
 - Pilotage des dispositifs de protection et d'accompagnement des populations vulnérables.
 - Gestion des établissements et services sociaux et médico-sociaux.

5. Agence Nationale de Santé Publique (Santé Publique France)

- **Fonction** : Santé Publique France est l'agence nationale de santé publique, responsable de la surveillance épidémiologique et de la promotion de la santé.
- **Rôles** :
 - Surveillance et prévention des maladies infectieuses et chroniques.
 - Promotion de la santé et campagnes de sensibilisation.
 - Gestion des crises sanitaires.

6. Haute Autorité de Santé (HAS)

- **Fonction** : La HAS est une autorité publique indépendante qui contribue à la régulation du système de santé par la qualité.
- **Rôles** :
 - Évaluation des médicaments, dispositifs médicaux et actes professionnels.
 - Élaboration de recommandations de bonne pratique.
 - Certification des établissements de santé.

7. Institut National du Cancer (INCa)

- **Fonction** : L'INCa coordonne les actions de lutte contre le cancer en France.
- **Rôles** :
 - Mise en œuvre du Plan Cancer.
 - Promotion de la recherche et de l'innovation.
 - Information et soutien aux patients.

Conclusion

Ces directions et agences jouent un rôle crucial dans la régulation, l'organisation et l'amélioration continue du système de santé. Leur travail permet de coordonner les efforts à tous les niveaux du système de santé pour garantir des soins de qualité à l'ensemble de la population.

3 – Les Institutions qui nous représentent

Ordre des Infirmiers (ONI)

Création et Histoire

- **Date de création** : L'ONI a été créé par la loi du 21 décembre 2006.
- **Objectifs** : Il a été mis en place pour réguler la profession infirmière, garantir la qualité des soins, et veiller au respect des règles déontologiques.

Rôle et Missions

- **Rôle** : L'ONI est une institution indépendante qui représente les infirmiers et veille à la qualité de la pratique professionnelle.
- **Missions** :
 - **Déontologie** : Élaboration et mise à jour du code de déontologie des infirmiers.
 - **Inscription au tableau** : Gestion de l'inscription des infirmiers au tableau de l'ordre, une obligation légale pour exercer.
 - **Formation continue** : Promotion et facilitation de la formation continue pour les professionnels.
 - **Contrôle disciplinaire** : Instruction des plaintes et prise de sanctions disciplinaires en cas de manquement professionnel.
 - **Représentation** : Défense des intérêts de la profession auprès des pouvoirs publics et des institutions de santé.

Organisation et Élections

- **Structure** : L'ONI est organisé en trois niveaux : départemental, régional et national.
 - **Conseils départementaux** : Représentent l'ordre au niveau local.
 - **Conseils régionaux** : Coordonner les actions des conseils départementaux.
 - **Conseil national** : Instance suprême de l'ordre, prend les décisions stratégiques.
- **Élections** :
 - **Fréquence** : Les élections des membres des conseils départementaux se tiennent tous les quatre ans.
 - **Processus** : Les infirmiers inscrits au tableau de l'ordre élisent leurs représentants au niveau départemental, qui élisent ensuite les représentants régionaux et nationaux.

Associations et Syndicats Infirmiers

Principales Associations

1. Association Nationale des Infirmiers et Infirmières Diplômés et Étudiants (ANFIIDE)

- **Création** : Fondée en 1949.
- **Missions** : Promotion de la profession infirmière, amélioration des conditions de travail, organisation de formations et de congrès.

2. Association Française des Infirmier(e)s de Bloc Opératoire Diplômé(e)s d'État (AFIBODE)

- **Création** : Fondée en 1980.
- **Missions** : Représentation des infirmiers de bloc opératoire, développement de la formation continue, promotion des bonnes pratiques en bloc opératoire.

Principaux Syndicats

1. Syndicat National des Professionnels Infirmiers (SNPI)

- **Création** : Fondé en 2003.
- **Missions** : Défense des droits des infirmiers, négociation des conventions collectives, lutte pour l'amélioration des conditions de travail et des salaires.

2. Fédération Nationale des Infirmiers (FNI)

- **Création** : Fondée en 1949.
- **Missions** : Représentation des infirmiers libéraux, négociation des honoraires, soutien juridique et administratif aux membres.

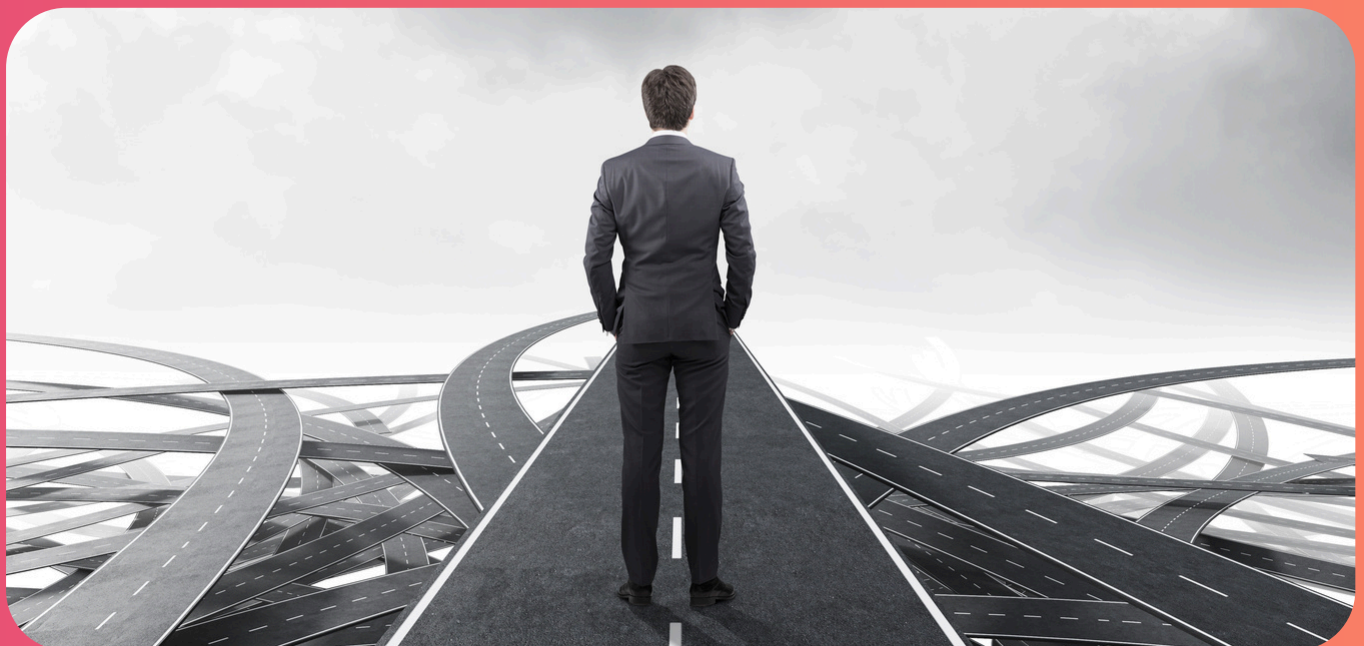
Comment s'impliquer et avantages d'être membre

Comment s'impliquer :

- **Adhésion** : Les infirmiers peuvent adhérer aux associations et syndicats en remplissant un formulaire d'adhésion et en payant une cotisation annuelle.
- **Participation aux Assemblées** : Les membres sont invités à participer aux assemblées générales où ils peuvent voter sur les décisions importantes et élire les représentants.
- **Engagement Actif** : Devenir délégué, participer aux commissions de travail, et représenter l'association ou le syndicat dans diverses instances.

Avantages d'être membre :

- **Représentation et Défense** : Les associations et syndicats défendent les intérêts professionnels et individuels de leurs membres auprès des autorités et des employeurs.
- **Accès à l'Information** : Les membres reçoivent des informations régulières sur les évolutions législatives, les bonnes pratiques et les opportunités de formation.
- **Soutien Juridique et Professionnel** : Assistance en cas de litige professionnel, accès à des conseils juridiques et à un réseau de soutien.
- **Formation Continue** : Accès privilégié à des formations, congrès, et séminaires pour développer et actualiser les compétences professionnelles.
- **Réseautage** : Opportunités de rencontrer d'autres professionnels de la santé, d'échanger des expériences et de développer son réseau professionnel.



4 – Différents types d'exercice et droit du travail

Exercice Libéral vs. Hospitalier

Exercice Libéral

Description :

- Les infirmiers exerçant en libéral sont des professionnels indépendants qui offrent des soins à domicile ou dans des cabinets privés. Ils gèrent leur propre activité, ce qui inclut la planification des soins, la gestion administrative, et la comptabilité.

Avantages :

- **Autonomie** : Les infirmiers libéraux bénéficient d'une grande liberté dans la gestion de leur emploi du temps et de leur pratique.
- **Relation avec les patients** : Ils peuvent développer des relations plus étroites et suivies avec leurs patients.
- **Potentiel de revenus** : Ils ont la possibilité d'ajuster leurs tarifs en fonction des actes pratiqués et de la région.

Inconvénients :

- **Charges administratives** : Gestion de la facturation, de la comptabilité et des relations avec l'assurance-maladie.
- **Risques financiers** : Absence de salaire fixe et dépendance à la clientèle.
- **Isolement** : Moins de contacts réguliers avec d'autres professionnels de santé.



Exercice Hospitalier

Description :

- Les infirmiers hospitaliers travaillent dans des établissements de santé publics ou privés, tels que les hôpitaux, cliniques, et EHPAD. Ils peuvent être spécialisés dans des services particuliers comme les urgences, la réanimation, la pédiatrie, la chirurgie, etc.

Avantages :

- **Stabilité de l'emploi** : Salaire fixe, sécurité de l'emploi et avantages sociaux.
- **Formation continue** : Accès à des formations régulières et possibilités d'évolution de carrière.
- **Travail d'équipe** : Collaboration avec d'autres professionnels de santé dans un environnement structuré.

Inconvénients :

- **Horaires contraignants** : Travail en shifts, nuits, week-ends et jours fériés.
- **Pression et stress** : Environnement de travail souvent stressant avec des responsabilités élevées.
- **Moins d'autonomie** : Moins de liberté dans la gestion de la pratique et des décisions cliniques.

Exercice dans le Secteur Privé

Description :

- Les infirmiers dans le secteur privé peuvent travailler dans des cliniques privées, des maisons de retraite privées, ou des centres de santé. Ce secteur est caractérisé par une gestion privée et une approche souvent plus commerciale.

Avantages :

- **Salaire attractif** : Les rémunérations peuvent être plus élevées que dans le secteur public, en fonction de l'établissement.
- **Conditions de travail** : Parfois meilleures infrastructures et équipements.
- **Opportunités de spécialisation** : Possibilité de travailler dans des établissements spécialisés.

Inconvénients :

- **Stabilité d'emploi** : Moins de sécurité de l'emploi comparé au secteur public.
- **Pression sur la performance** : Objectifs de performance plus stricts pouvant engendrer du stress.
- **Horaires variables** : Horaires de travail parfois irréguliers.



Droits et Devoirs des Infirmiers

Rémunération

Infirmiers Hospitaliers :

- **Grille salariale** : Basée sur l'ancienneté, le grade et les spécialités <https://crh.cgos.info/informations/salaire-d-une-infirmiere-ou-d-un-infirmier-a-l-hopital-zoom-sur-la-grille-2024>.
- **Primes** : Primes de nuit, de week-end, d'astreinte, et primes spécifiques liées aux responsabilités ou aux spécialités.
- **Évolution** : Progression salariale par avancement de grade, concours internes et formations supplémentaires.

Infirmiers Libéraux :

- **Honoraires** : Fixés par la convention nationale des infirmiers et peuvent varier selon les actes réalisés. <https://www.ameli.fr/gironde/infirmier/exercice-liberal/facturation-remuneration/nomenclatures-ngap-lpp>
- **Revenus variables** : Dépendent du nombre de patients et des actes pratiqués.

Congés

Infirmiers Hospitaliers :

- **Congés annuels** : Droits à des congés payés selon les règles de la fonction publique hospitalière ou de la convention collective de l'établissement privé.
- **Congés spécifiques** : Congés maladie, maternité, paternité, adoption, formation professionnelle, etc.

Infirmiers Libéraux :

- **Autogestion** : Congés à la discrétion de l'infirmier, qui doit organiser sa propre suppléance pour assurer la continuité des soins.
- **Aucun congé payé** : Les jours de congé ne sont pas rémunérés.

Conditions de Travail

Infirmiers Hospitaliers :

- **Cadre réglementé** : Conditions de travail encadrées par le code de la santé publique, les conventions collectives et les règlements internes des établissements.
- **Hygiène et sécurité** : Respect des normes d'hygiène, de sécurité et de protection de la santé des travailleurs.
- **Charge de travail** : Gestion de la charge de travail en fonction des effectifs, des urgences et des services.

Infirmiers Libéraux :

- **Autonomie** : Gestion indépendante des conditions de travail.
- **Sécurité** : Nécessité de suivre les normes d'hygiène et de sécurité, y compris lors des visites à domicile.
- **Équilibre travail-vie personnelle** : Organisation personnelle des horaires, mais nécessitant une bonne gestion pour concilier vie professionnelle et personnelle.

Conclusion

Les infirmiers ont la possibilité de choisir entre différents types d'exercice, chacun ayant ses avantages et ses inconvénients. Il est crucial de bien comprendre les droits et devoirs associés à chaque type d'exercice pour faire un choix éclairé et s'assurer de pratiquer dans des conditions optimales.

5 – L'Arbre de Vie Professionnelle Infirmière

L'arbre de vie professionnelle infirmière est une représentation symbolique de sa carrière, illustrant les différentes étapes, opportunités et défis rencontrés tout au long de leur parcours professionnel. Cet arbre, à travers ses racines, son tronc et ses branches, montre comment les compétences, les expériences et les aspirations professionnelles se développent et s'épanouissent.

Racines : Les fondations de la carrière

Les racines de l'arbre représentent les bases solides sur lesquelles repose la carrière infirmière. Elles incluent :

- **Formation Initiale** : Diplôme d'État d'infirmier (DEI) et autres qualifications de base.
- **Compétences Fondamentales** : Soins de base, communication, éthique et déontologie.
- **Motivation et Vocation** : L'appel à soigner et à aider les autres, la passion pour le métier.

Tronc : Le développement professionnel

Le tronc symbolise la croissance et le développement continu de la carrière. Les infirmiers passent par diverses étapes et acquièrent de nouvelles compétences :

- **Expérience Clinique** : Pratique quotidienne dans différents environnements (hôpitaux, cliniques, soins à domicile).
- **Formations Continues** : Programmes de formation continue pour améliorer les compétences et se spécialiser.
- **Évolution de Carrière** : Possibilités de promotion et de changement de rôles, tels que cadre de santé, infirmier coordinateur ou infirmier spécialisé.

Branches : Les opportunités de spécialisation et diversification

Les branches de l'arbre représentent les différentes directions que peut prendre la carrière infirmière, offrant de nombreuses opportunités de spécialisation :

- **Spécialisations** : Infirmier anesthésiste, infirmier de bloc opératoire, infirmier en soins intensifs, etc...
- **Diversification** : Rôles dans l'enseignement, la recherche, la gestion de projets de santé publique, etc...
- **Internationalisation** : Opportunités de travailler à l'étranger, participation à des missions humanitaires.



Feuilles et Fruits : Les réalisations et contributions

Les feuilles et les fruits symbolisent les réalisations et les contributions des infirmiers tout au long de leur carrière :

- **Amélioration de la qualité des soins** : Innovations et pratiques
- **Mentorat et formation** : Formation des nouvelles générations d'infirmiers et partage d'expérience.
- **Impact sur la communauté** : Contribution à la santé publique, à la prévention et à l'éducation sanitaire.

Résilience et Adaptabilité

L'arbre de vie professionnelle infirmière souligne également la résilience et l'adaptabilité nécessaires pour évoluer dans un domaine en constante évolution :

- **Adaptation aux nouvelles technologies** : Utilisation des outils numériques et des technologies de pointe en soins de santé.
- **Gestion du stress et équilibre vie pro-perso**
- **Engagement dans la Profession** : Participation active aux associations professionnelles et syndicats pour défendre les intérêts de la profession.



6 – Matériel professionnel : équipement et soin

Le matériel professionnel est essentiel, car il permet de fournir des soins de qualité tout en assurant la sécurité des patients. Cette section couvre les innovations récentes en matériel médical ainsi que l'entretien et la gestion du matériel.

Innovations récentes en matériel médical

Les avancées technologiques ont conduit à des innovations significatives dans le matériel médical, améliorant ainsi la qualité des soins et l'efficacité des professionnels de santé. Voici quelques-unes des innovations récentes les plus notables :

1. Appareils de monitoring portables :

- **Description** : Ils permettent de surveiller en temps réel les signes vitaux des patients sans nécessiter une infrastructure lourde.
- **Avantages** : Facilite le suivi des patients à domicile et dans les milieux ruraux, améliore la gestion des maladies chroniques.

2. Systèmes de gestion des médicaments :

- **Description** : Les distributeurs automatiques de médicaments et les systèmes informatisés de gestion des prescriptions assurent une administration précise des médicaments.
- **Avantages** : Réduit les erreurs de médication, améliore la sécurité des patients, simplifie la gestion des stocks.

3. Dispositifs de réalité virtuelle (VR) et augmentée (AR) :

- **Description** : Utilisés pour la formation et la rééducation, ces dispositifs offrent des environnements simulés pour l'apprentissage des procédures complexes ou la réhabilitation des patients.
- **Avantages** : Améliore l'engagement des patients, offre des outils de formation réalistes pour les professionnels de santé.

4. Robots d'assistance :

- **Description** : Les robots d'assistance, tels que les robots de chirurgie ou les robots d'aide à la mobilité, jouent un rôle crucial dans les soins de précision et l'aide aux personnes âgées ou handicapées.
- **Avantages** : Augmente la précision des interventions chirurgicales, améliore la qualité de vie des patients nécessitant une assistance.

5. Capteurs de Diagnostic :

- **Description** : Les capteurs biométriques et les dispositifs portables de diagnostic permettent de détecter rapidement des anomalies de santé.
- **Avantages** : Facilite le dépistage précoce des maladies, offre des diagnostics rapides et précis.

Entretien et gestion du matériel

La gestion et l'entretien du matériel médical sont essentiels pour garantir la sécurité des patients et l'efficacité des soins. Voici les principales pratiques à suivre :

1. Planification de l'entretien :

- **Description** : Établir un calendrier régulier pour l'entretien et la vérification du matériel médical, incluant les inspections de routine et les maintenances préventives.
- **Avantages** : Cela prévient les pannes imprévues, prolonge la durée de vie des équipements, assure un fonctionnement optimal.

2. Formation du personnel :

- **Description** : Assurer que tout le personnel est formé à l'utilisation correcte et à l'entretien des équipements.
- **Avantages** : Réduit le risque d'erreurs d'utilisation, améliore la sécurité et l'efficacité des soins.

3. Gestion des stocks :

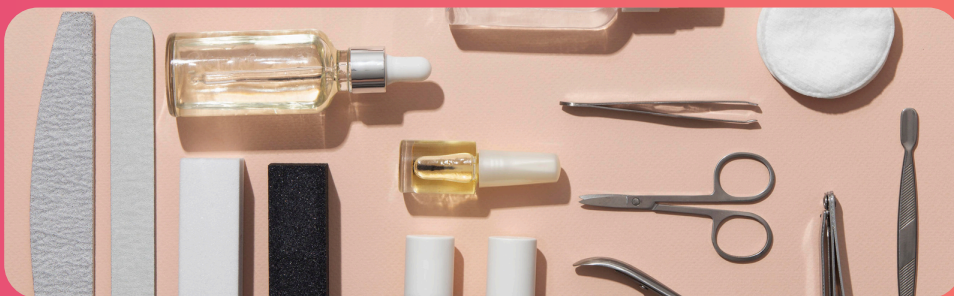
- **Description** : Mettre en place un système de gestion des stocks pour suivre l'utilisation des équipements et des consommables, et pour s'assurer que les fournitures sont disponibles en quantité suffisante.
- **Avantages** : Évite les pénuries, optimise les coûts, assure la disponibilité des matériels nécessaires.

4. Procédures de désinfection :

- **Description** : Adopter des procédures strictes de désinfection et de stérilisation pour tout le matériel réutilisable.
- **Avantages** : Réduit le risque d'infections nosocomiales, assure la sécurité des patients et du personnel.

5. Documentation et traçabilité :

- **Description** : Maintenir des registres détaillés de l'entretien, des réparations et de l'utilisation du matériel pour assurer la traçabilité et la conformité aux réglementations.
- **Avantages** : Facilite les audits, améliore la gestion des incidents, assure la conformité réglementaire.



La combinaison d'une technologie avancée et de pratiques rigoureuses de gestion du matériel permet aux infirmiers de fournir des soins efficaces et sûrs, tout en optimisant les ressources disponibles.

7 – Numérique en Santé

Le numérique occupe une place de plus en plus importante dans le secteur de la santé, transformant les pratiques médicales et les soins infirmiers.

Technologies numériques en santé

1. Dossier Médical Partagé (DMP) :

- **Description** : Le DMP est un dossier numérique personnel accessible en ligne qui centralise les informations médicales d'un patient, telles que les antécédents médicaux, les résultats de tests, les prescriptions, et les rapports d'hospitalisation.
- **Avantages** : Facilite la coordination des soins, améliore l'accès aux informations médicales, réduit les erreurs médicales.
- **Différences** : Le DMP est accessible à distance, permet un partage rapide et sécurisé entre professionnels de santé, et est plus facile à mettre à jour.

2. Télémédecine :

- **Description** : La télémédecine utilise les technologies de communication pour fournir des soins médicaux à distance. Cela inclut les consultations vidéo, le suivi des patients à domicile, et la télé-expertise.
- **Avantages** : Améliore l'accès aux soins, particulièrement dans les zones rurales ou pour les patients à mobilité réduite, permet un suivi des patients chroniques.
- **Différences** : Contrairement aux consultations en personne, la télémédecine réduit les déplacements, mais nécessite une bonne connexion internet et des compétences numériques de la part des patients et des professionnels.

3. Applications mobiles de santé (mHealth) :

- **Description** : Les applications mHealth sont des outils numériques qui aident à la gestion de la santé, comme le suivi des médicaments, de gestion des maladies chroniques, ou le suivi de la condition physique.
- **Avantages** : Accessibilité, aide à l'autogestion de la santé, encourage l'engagement des patients dans leur propre soin.
- **Différences** : Offrent une interaction continue et personnalisée par rapport aux outils de gestion de santé traditionnels, mais peuvent poser des questions de confidentialité et de sécurité des données.

4. Intelligence Artificielle (IA) et Big Data :

- **Description** : L'IA et le Big Data analysent de grandes quantités de données de santé pour assister au diagnostic, prédire les épidémies, personnaliser les traitements, et optimiser les opérations hospitalières.
- **Avantages** : Précision accrue des diagnostics, personnalisation des soins, efficacité opérationnelle.
- **Différences** : Ces technologies permettent des analyses à une échelle et une vitesse impossibles avec les méthodes traditionnelles, mais nécessitent des infrastructures techniques robustes et soulèvent des questions éthiques sur l'utilisation des données.

Entretien et sécurité des données

1. Sécurité informatique :

Importance : La protection des données médicales est cruciale pour prévenir les violations de confidentialité et les cyberattaques.

Pratiques : Utilisation de pare-feu, chiffrement des données, formation des personnels à la cybersécurité, et respect des réglementations comme le RGPD.

2. Maintenance des Systèmes :

Importance : Assurer la maintenance régulière des systèmes informatiques pour prévenir les pannes et garantir la disponibilité des services.

Pratiques : Mises à jour régulières des logiciels, audits de sécurité, et sauvegardes fréquentes des données.

Le numérique en santé révolutionne la manière dont les soins sont prodigués et gérés. Il améliore l'efficacité, l'accessibilité et la qualité des soins, tout en présentant des défis en termes de sécurité et de gestion des données. Les professionnels de santé doivent se former continuellement aux nouvelles technologies pour tirer pleinement parti de ces innovations tout en assurant la sécurité et la confidentialité des informations des patients.

8 – J'assure mon activité

Chapitre à venir !

9 – Je finance mes projets perso et pro

La construction financière d'un projet et les modèles de financement sont essentiels pour la réussite de toute entreprise, qu'elle soit personnelle ou professionnelle.

Construction financière d'un projet

1. Planification financière :

- **Évaluation des besoins financiers** : Identifier tous les coûts liés au projet (investissement initial, coûts opérationnels, frais de personnel, etc.).
- **Prévision des revenus** : Estimer les revenus futurs en fonction des prévisions de ventes ou des subventions attendues.
- **Élaboration d'un budget** : Créer un budget détaillé qui couvre toutes les dépenses et sources de revenus.

2. Analyse de rentabilité :

- **Calcul du ROI** : Mesurer le rendement attendu sur l'investissement initial.
- **Analyse des flux de trésorerie** : Suivre les entrées et sorties de fonds pour s'assurer que l'entreprise peut couvrir ses obligations financières.
- **Étude de faisabilité** : Réaliser une étude de marché pour évaluer la viabilité du projet.

Modèles de financement

1. Financement interne :

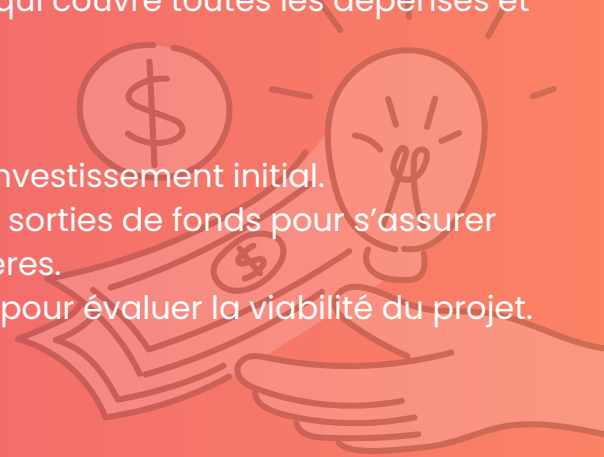
- **Épargne personnelle** : Utiliser des fonds personnels pour financer le projet. Cela montre un engagement fort et peut faciliter l'obtention d'autres financements.
- **Réinvestissement des profits** : Réinvestir les bénéfices générés par l'entreprise pour financer de nouveaux projets.

2. Financement externe :

- **Prêts bancaires** : Obtenir un prêt auprès d'une banque. Nécessite souvent un plan d'affaires solide et des garanties.
- **Microcrédit** : Pour les petites entreprises ou les projets individuels, des organismes proposent des microcrédits avec des conditions de remboursement plus flexibles.
- **Crowdfunding** : Lever des fonds via des plateformes de financement participatif comme Kickstarter ou Ulule. Permet de mobiliser un grand nombre de contributeurs avec de petites sommes.

3. Investissement :

- **Business Angels** : Des investisseurs individuels qui financent les startups en échange de participations au capital.
- **Capital risque (Venture Capital)** : Fonds d'investissement qui financent des entreprises à fort potentiel de croissance en échange d'une part du capital.
- **Subventions et aides publiques** : Les gouvernements et les collectivités locales offrent des subventions pour soutenir les projets innovants et les startups.



4. Partenariats :

- **Joint ventures** : Création d'une entreprise commune avec un ou plusieurs partenaires pour partager les coûts et les bénéfices.
- **Partenariats public-privé** : Collaboration entre des entreprises privées et des entités publiques pour financer et gérer des projets d'intérêt public.

Types de sociétés et rentabilité

1. Entreprise individuelle :

- **Caractéristiques** : Gérée par une seule personne, simplicité de création et de gestion, responsabilité illimitée.
- **Rentabilité** : Revenus directement liés aux efforts de l'entrepreneur, moins de contraintes administratives, mais plus de risques personnels.

2. Société à Responsabilité Limitée (SARL) :

- **Caractéristiques** : Responsabilité limitée aux apports, plusieurs associés possibles, régime fiscal avantageux.
- **Rentabilité** : Sécurité pour les associés, possibilité de lever des fonds plus facilement que l'entreprise individuelle.

3. Société par Actions Simplifiée (SAS) :

- **Caractéristiques** : Flexibilité dans la gestion et la répartition des pouvoirs, responsabilité limitée.
- **Rentabilité** : Attractivité pour les investisseurs, possibilité de croissance rapide grâce à une structure adaptable.

4. Coopératives et Associations :

- **Caractéristiques** : Gérées par leurs membres, profit non redistribué, mais réinvesti dans l'organisation.
- **Rentabilité** : Rentabilité moins axée sur le profit individuel, plus sur l'impact social et le développement durable.

Financer un projet nécessite une planification rigoureuse et une compréhension claire des différentes options de financement et structures juridiques disponibles. Que vous choisissiez une entreprise individuelle, une SARL, une SAS, ou une association, chaque modèle a ses avantages et ses inconvénients en termes de rentabilité et de gestion des risques.



10 – Je roule (financer mon moyen de transport)

Choisir le moyen de transport adapté à ses besoins professionnels et personnels est essentiel pour les infirmiers qui doivent souvent se déplacer pour leurs missions. Voici un comparatif des principaux moyens de transport disponibles :

1. Voiture :

• Avantages :

- **Flexibilité** : Permet de se déplacer librement et à tout moment.
- **Confort** : Idéal pour les longs trajets et pour transporter du matériel.
- **Vitesse** : Gain de temps par rapport aux transports en commun pour certains trajets.

• Inconvénients :

- **Coût** : Frais d'achat, d'entretien, d'assurance et de carburant.
- **Stationnement** : Difficultés et coûts associés au stationnement
- **Impact environnemental** : Emissions de CO2 et pollution.

2. Vélo :

• Avantages :

- **Économique** : Faibles coûts d'entretien et absence de frais de carburant.
- **Écologique** : Pas d'émissions de CO2, respectueux de l'environnement.
- **Santé** : Favorise l'activité physique et le bien-être.

• Inconvénients :

- **Limité par la distance** : Moins adapté pour les longs trajets.
- **Conditions météorologiques** : Dépendant du climat.
- **Sécurité** : Risques accrus en cas d'accidents de la route.

3. Transports en Commun :

• Avantages :

- **Coût réduit** : Moins cher que la voiture, avec des abonnements souvent subventionnés.
- **Écologique** : Réduction des émissions de CO2 par passager.
- **Praticité en ville** : Pas de souci de stationnement.

• Inconvénients :

- **Horaires fixes** : Moins de flexibilité par rapport à la voiture.
- **Temps de trajet** : Parfois plus long selon les correspondances et horaires.
- **Confort** : Moins de confort et de tranquillité que dans une voiture personnelle.



Financement d'un véhicule

1. Achat comptant :

- **Description** : Paiement intégral du véhicule au moment de l'achat.
- **Avantages** : Pas d'intérêts à payer, pleine propriété du véhicule.
- **Inconvénients** : Nécessite une somme importante immédiatement, impact sur la trésorerie personnelle.

2. Crédit Auto :

- **Description** : Prêt bancaire spécifique pour l'achat d'un véhicule, remboursé en plusieurs mensualités.
- **Avantages** : Étale le coût sur plusieurs années, taux d'intérêt souvent compétitifs.
- **Inconvénients** : Engagement à long terme, intérêts à payer en plus du prix du véhicule.

3. Location avec Option d'Achat (LOA) :

- **Description** : Location d'un véhicule avec possibilité de l'acheter à la fin du contrat.
- **Avantages** : Faibles mensualités, possibilité de changer de véhicule régulièrement.
- **Inconvénients** : Coût total souvent plus élevé qu'un achat direct ; obligation de racheter ou de rendre le véhicule à la fin.

4. Location Longue Durée (LLD) :

- **Description** : Location d'un véhicule sur une longue période sans option d'achat.
- **Avantages** : Entretien et assistance souvent inclus, pas de souci de revente.
- **Inconvénients** : Pas de propriété du véhicule, engagement sur la durée de la location.

Programmes d'aide à la mobilité

1. Aides à l'achat de véhicules propres :

- **Description** : Subventions et primes pour l'achat de véhicules électriques ou hybrides.
- **Avantages** : Réduction du coût d'achat, promotion de véhicules écologiques.

2. Aides au financement des abonnements de transports en commun :

- **Description** : Subventions ou remboursements partiels des abonnements de transports en commun pour les salariés.
- **Avantages** : Réduction des coûts de transport, incitation à utiliser des moyens de transport durables.

3. Aides locales :

- **Description** : Aides spécifiques des collectivités locales pour la mobilité, incluant l'achat de vélos électriques ou les abonnements de vélos en libre-service.
- **Avantages** : Incitations financières supplémentaires selon la région ou la ville.

4. Aides pour les professionnels de santé :

- **Description** : Certaines collectivités ou associations professionnelles offrent des aides spécifiques aux professionnels de santé pour leurs déplacements.
- **Avantages** : Réductions ou subventions dédiées pour les infirmiers et autres professionnels mobiles.

11 – Ma Santé Mentale – Soyez Bien Entourés

La santé mentale est un aspect crucial du bien-être pour les soignants, qui sont souvent confrontés à des situations stressantes et émotionnellement éprouvantes. Il est essentiel de mettre en place des stratégies pour gérer le stress et prévenir le burnout, tout en s'appuyant sur les ressources et les contacts disponibles pour un soutien psychologique.

Techniques de gestion du stress et du burnout

1. Pratique de la pleine conscience :

- **Description** : La pleine conscience consiste à porter attention au moment présent, sans jugement, en utilisant des techniques de méditation et de respiration.
- **Avantages** : Réduit le stress, favorise une meilleure gestion des émotions.

2. Exercice physique régulier :

- **Description** : L'activité physique aide à libérer des endorphines, hormones du bien-être, et à réduire les niveaux de stress.
- **Avantages** : Améliore l'humeur, augmente l'énergie, aide à mieux dormir.
- **Conseils** : Pratiquer au moins 30 minutes d'exercice modéré, comme la marche rapide, le yoga ou la natation, plusieurs fois par semaine.

3. Techniques de relaxation :

- **Description** : Les techniques de relaxation comprennent des exercices de respiration profonde, de relaxation musculaire progressive et de visualisation.
- **Avantages** : Réduit les tensions physiques et mentales, améliore la sensation de calme et de bien-être.



4. Gestion du temps et des priorités :

- **Description** : Organiser et planifier ses tâches pour éviter la surcharge de travail.
- **Avantages** : Réduit l'anxiété liée aux échéances, améliore l'efficacité et la productivité.
- **Conseils** : Utiliser des outils de gestion du temps comme des agendas ou des applications de planification

5. Prendre des pauses régulières :

- **Description** : S'accorder des pauses courtes et régulières pendant la journée de travail pour se détendre et recharger ses batteries.
- **Avantages** : Améliore la concentration, réduit le risque de fatigue et de burnout.
- **Conseils** : Technique Pomodoro (25 minutes de travail, 5 minutes de pause)

Ressources et Contacts pour le Soutien Psychologique

1. Mots (Mouvement pour les Soignants en Souffrance au Travail) :

- **Description** : Association dédiée au soutien des soignants en souffrance psychologique ou en situation de burnout.
- **Services** : Écoute bienveillante, des groupes de parole, et des consultations psychologiques.

2. SPS (Soins aux Professionnels de Santé) :

- **Description** : Organisation qui offre un soutien psychologique aux professionnels de santé via une plateforme téléphonique.
- **Services** : Ligne d'écoute 24/7, consultations psychologiques, accompagnement vers les structures adaptées.
- **Contact** : Numéro vert : 0 805 23 23 36.



3. L'Appel médical et son programme "Je prends soin de moi" :

- **Description** : Initiative pour aider les soignants à prendre soin de leur santé mentale et physique.
- **Services** : Ateliers de gestion du stress, consultations psychologiques, soutien par des coachs professionnels.

4. La Fondation de France :

- **Description** : Programme de soutien aux soignants, notamment ceux touchés par le COVID-19.
- **Services** : Aides financières, soutien psychologique, ressources pour la gestion du stress.

5. Associations Locales et Régionales :

- **Description** : De nombreuses associations locales offrent des services de soutien psychologique aux soignants.
- **Exemples** : Les ARS (Agences Régionales de Santé) ont souvent des programmes spécifiques.
- **Contact** : Consultez le site de votre ARS pour des informations spécifiques à votre région.

Il est essentiel pour les soignants de prendre soin de leur santé mentale pour pouvoir offrir les meilleurs soins à leurs patients. Utiliser des techniques de gestion du stress, rester vigilant aux signes de burnout, et ne pas hésiter à solliciter les ressources de soutien psychologique disponibles sont des étapes clés pour maintenir un bien-être mental optimal. Soyez proactifs et n'attendez pas que le stress devienne insurmontable avant de demander de l'aide.

L'empathie comme composante entière d'un soin de qualité

par Claire LEFEVRE



J'aimerais parler aujourd'hui d'un sujet qui me tient à cœur. L'empathie. Bien qu'étant depuis toujours une grande militante de l'empathie, je vais vous expliquer ce qui m'a amenée à m'intéresser « sérieusement » au sujet d'un point de vue santé et éthique. Nul besoin de rappeler quelles sont les conditions de travail des soignants, et par conséquent dans quelles conditions ils sont formés sur leurs lieux de stages. Une fois cela posé et admis, nous pouvons reconnaître à quel point le sujet de l'empathie éprouve des difficultés à se faire une place au milieu de tout ce chaos.

Bien que vous puissiez y inclure des articles importants, il reste difficile de convaincre vos employés de lire votre bulletin. La clé pour relever ce défi est de proposer un bulletin d'information bien organisé.

En tant qu'infirmière j'ai connu dans mon parcours professionnel de nombreuses situations interpellantes d'un point de vue éthique et absence d'empathie.

Mais comme la plupart d'entre nous aurons à faire au milieu de la santé, même si ce n'est qu'à titre préventif pour les plus chanceux, j'ai également personnellement été confrontée à des situations qui m'ont interpellée, en tant que bénéficiaire de soins et en tant que proche.



Et puis un jour, la situation de trop. Celle qui tape un peu plus fort que les autres et qui fait déborder le vase. La fameuse goutte de trop. Ce jour-là je me suis sentie profondément dénigrée en tant qu'être vivant doté de sensibilité, dans un contexte où j'étais particulièrement vulnérable. Une fois la colère et la révolte passées, je me suis posé cette question : l'empathie est-elle obligatoire ? La considération est-elle obligatoire ? Le respect est-il obligatoire ?

Dans le monde du travail, les compétences d'une personne sont définies par ses savoirs intellectuels, son savoir-faire, mais également son savoir-être. Quand bien même il s'agirait du meilleur technicien du monde, un professionnel n'étant pas doté de la qualité d'empathie et faisant preuve d'irrespect serait-il donc incompetent ? J'ai alors cherché des lectures sur la place de l'empathie dans le soin. Et je suis tombée sur un article qui a fait sens pour moi, et a mis des mots sur des intuitions professionnelles et personnelles.

La lecture de l'article « L'empathie dans le soin procède-t-elle de la raison ? » par D. Arsène m'a éclairée sur l'impact mesuré d'une empathie clinique, c'est-à-dire une empathie au service du soin, indissociable de celui-ci. L'article met en avant le « lien entre qualité de l'information, de la communication, de la compréhension de l'état émotionnel, de la construction d'un partenariat dans la relation médicale, avec les bons résultats thérapeutiques ». (1)

Le milieu de la santé est un milieu à part entière, on y parle de soin à la personne, et dans le soin on entend à la fois soin du corps, et soin de l'esprit. S'il est encore nécessaire de le faire, pour rappel la définition de la santé par l'Organisation Mondiale de la Santé est la suivante : « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Il devient en effet de plus en plus difficile de penser une médecine totalement désincarnée, à distance des émotions que traversent les patients.

Nous savons depuis longtemps les bénéfices d'un accompagnement soignant empreint d'humanité et d'empathie, alors pourquoi avons-nous tant de mal à harmoniser théorie et pratique ?

Si l'on s'intéresse de plus près aux mots : le terme « distance » est employé dans la formation en soins infirmiers pour nous apprendre en tant que soignant à définir une « distance thérapeutique ». Je me suis questionnée sur l'emploi de ce terme précis, la distance peut se définir comme : « intervalle qui sépare deux points dans l'espace », ou « écart, différence entre deux choses, deux personnes, leurs statuts, leurs qualités »(2).

Alors pourquoi choisir un terme qui d'emblée induit l'idée de devoir tenir le patient loin de nous soignant ? Les mots ne sont jamais choisis au hasard. En tant qu'étudiante infirmière, j'ai davantage entendu « attention à la juste distance » de la part de nos formateurs, plutôt que « attention à ne pas perdre votre humanité ». Et s'il faut parler d'un juste positionnement soignant, alors il faut parler de tous ces aspects, pas seulement de ce qu'il pourrait y avoir de pire mais surtout de ce qu'il pourrait y avoir de meilleur à mettre notre humanité au service du soin que nous prodiguons.



Nous infirmiers sommes formés par nos pairs, et si ces derniers ont connu des expériences douloureuses professionnellement, ce qui est forcément le cas dans ce métier où l'on accompagne la maladie parfois la mort, alors ils auront à cœur d'en prémunir leurs étudiants. Attention au danger que cela comporte, car à peine arrivés sur le terrain, les futurs infirmiers craignent déjà d'être exposés à des situations difficiles sans savoir comment y faire face et pourraient rapidement se protéger derrière une froideur relationnelle avec les usagers qu'ils accompagnent. Cet aspect de la relation de soin n'est malheureusement pas suffisamment enseigné aux futurs professionnels de la santé, et cela a un impact négatif sur la prise en soin qui affecte à la fois l'utilisateur et le soignant.

Les soignants n'étant pas formés à la gestion de leurs émotions et de la place capitale de leur empathie dans ce travail, arrivent dans des services où ils sont confrontés à des réactions parfois virulentes des usagers et de leurs familles, et ne comprennent pas en quoi ils ont parfois pu être en partie responsables de cette agressivité malgré eux. A cela s'ajoute un secteur de la santé toujours plus en crise avec des conditions de travail désastreuses, dans lequel les soignants perdent tout sens en ce pourquoi ils avaient vocation : prendre soin des autres.

Tout comme on me l'a enseigné durant mes études en soins infirmiers, il est primordial de pouvoir se mettre à la place de l'utilisateur dans les soins qu'il reçoit. Ce qui nous a amenés durant nos études mes camarades de promotion et moi-même, à réaliser entre nous des glycémies capillaires par exemple, ou de goûter les eaux gélifiées données aux patients souffrants de troubles de la déglutition, etc. Mais également à ne jamais dire « petit » devant chaque soin réalisé : « je vais vous faire une petite piqûre », « un petit traitement », « une petite prise de sang » et ainsi de suite continuer de minimiser la lourdeur d'un parcours médical dont on n' imagine pas la pénibilité.

Même si je ne le souhaite à personne, quand ce fut mon tour d'être prise en soin, tout a pris une tournure différente. Les dysfonctionnements qui m'agaçaient et me désarmaient en tant que professionnelle, m'ont bouleversée en tant qu'utilisateur. Mais j'ai eu la chance de croiser le chemin de professionnels extraordinaires qui, avec seulement quelques mots et un positionnement empathique, ont illuminé mon parcours de soin. Ils n'ont pas été nombreux, mais j'ai pu mesurer de l'intérieur l'impact que leur positionnement professionnel a pu avoir sur ma propre santé.

Ce vécu, vous pourrez le lire dans les sources annexes, tend à être confirmé par les études menées sur le sujet. L'empathie qu'ils ont manifesté à mon égard n'a jamais été au détriment de la qualité des soins qu'ils m'ont délivrés, au contraire elle venait renforcer leur engagement.

Le pouvoir de notre pensée, de notre état émotionnel est immense, il a un impact direct sur notre santé, notre espérance de vie. Le simple fait de visualiser positivement un objectif comme le font les sportifs, permet à l'être humain d'accomplir des choses extraordinaires par la simple force de ses pensées. Alors comment ne pas prendre en compte que l'impact négatif est également réel ?

Lorsque durant un parcours médical je suis accompagnée par des professionnels qui me considèrent comme une association froide et mécanique d'organes, et qu'ils négligent considérablement l'importance majeure de l'alliance thérapeutique dans la réussite des soins qu'ils appliquent, alors ils compromettent sciemment mes chances de guérison.

On ne peut plus aujourd'hui penser qu'il suffit au soignant de brancher une perfusion, ou de fournir une prescription médicale, pour soigner ses pairs.

Le monde de la santé a besoin de ce changement de point de vue, aujourd'hui il tend vers l'intégration de la parole de l'utilisateur avec l'apparition de patients-partenaires ou de pairs-aidants afin de participer à modeler les soins à l'image de leurs besoins. Cette parole ne demande qu'à être entendue, mais avant tout écoutée. Nous en sommes tous responsables, chacun à notre échelle cultivons-nous, apprenons à écouter et rassurer les usagers que nous accompagnons en attendant que cela soit définitivement intégré à nos parcours de formation, pensons à nos proches qui pourraient se retrouver dans la même situation. Spontanément nous préférerons tous un sourire à un air menaçant, mais à la lumière des bénéfices scientifiques de l'empathie : accepterons-nous toujours d'être soignés et accompagnés dans la maladie avec froideur par des mécaniciens, des garagistes réparant de la table froissée et des fuites d'huile ? Ou bien aspirons nous à être considérés pleinement, dans notre globalité, comme les êtres incarnés que nous sommes ?

Pour aller plus loin :

- L'empathie dans le soin procède-t-elle de la raison ? D. Arsène, dans *Éthique & Santé*, Volume 14, pages 102-106, juin 2017
- L'accompagnement comme posture professionnelle spécifique, L'exemple de l'éducation thérapeutique du patient, Maela Paul, dans *Recherche en soins infirmiers* 2012/3, n°110, pages 13-20: <https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2012-3-page-13.htm>
- Quels sont les pouvoirs de la pensée ? | 42 - La réponse à presque tout | ARTE: <https://www.youtube.com/watch?v=lyDe5zoxp0g>.
- La pensée positive peut-elle nous aider à vivre plus longtemps ? A priori oui, Fran Smith, 22 mars 2023, *National Geographic* : <https://www.nationalgeographic.fr/sciences/la-pensee-positive-peut-elle-nous-aider-a-vivre-plus-longtemps-a-priori-oui>

JDI

Journées des infirmiers



MARYANA NOBRE

Fondatrice des JDI



06 72 12 63 96



maryana.nobre@mppfrance.fr



www.journeesdesinfirmiers.fr

JDI

Association loi 1901