

	<i>Nom et prénom</i>	<i>Grade</i>	<i>Etablissement</i>
Président	<i>Pr. Badiâa LYOUSSI</i>	<i>PES</i>	<i>Faculté des Sciences Dhar El Mahraz - Fès</i>
Directeur de thèse	<i>Pr. Karima Halim</i>	<i>PH</i>	<i>Ecole Normale Supérieure - Fès</i>
Rapporteurs	<i>Pr. Mustapha KHADDOR</i>	<i>PES</i>	<i>CRMEF – Tanger</i>
	<i>Pr. EL HILALY Jaouad</i>	<i>PH</i>	<i>CRMEF – Fès</i>
	<i>Pr. BENNANI Laila</i>	<i>PH</i>	<i>Institut Supérieur des Professions Infirmières et Techniques de Santé</i>
Membres	<i>Pr. Karima EL GHAZI</i>	<i>PES</i>	<i>Faculté de Médecine, de Pharmacie et de Médecine Dentaire – Fès</i>
	<i>Pr. Btissame ZARROUQ</i>	<i>PH</i>	<i>Ecole Normale Supérieure -Fès</i>

Résumé :

Introduction: Le diabète est une maladie chronique où l'autogestion par le patient est l'un des aspects clés du traitement, en effet, l'éducation thérapeutique fait partie intégrante de la stratégie thérapeutique des patients diabétiques. Changer le mode de vie des patients en agissant sur leur régime alimentaire grâce à des programmes d'éducation thérapeutique nutritionnelle peut réduire leurs indices de masse corporelle (IMC), leurs taux d'hémoglobine glyquée (HbA1c) et contrôler le patients diabétiques type 2 (DT2).

Méthodes: L'objectif de cette étude était d'évaluer l'effet d'une séance d'éducation thérapeutique nutritionnelle destinée aux DT2 sur leurs activités d'auto-gestion afin de rendre leur HbA1c et IMC le plus optimal possible.

Il s'agit d'une étude pro-rétrospective chez une série de cas, du 1^{er} février au 1^{er} juillet 2021, intéressant 160 patients DT2 dans toutes les provinces de la région de Fès-Meknès, consultant à l'association diabétique Al Amal à Fès, au Maroc.

Le recueil des données a été fait grâce à un questionnaire avant la séance éducative durant laquelle les patients inclus ont été formés sur un régime alimentaire approprié, avant et après 3 mois de la session éducative, l'IMC et l'HbA1c des patients ont également été mesurés.

Résultats: Parmi les 160 patients inclus, les femmes (58,8%) étaient plus nombreuses que les hommes (41,3%). Les extrêmes d'âge des patients oscillant de 30 à 78 ans avec une moyenne d'âge de $56,8 \pm 10,2$ ans. Pour le niveau d'instruction, 39,4 % de la population n'était pas scolarisé, (81,9 %) des patients avaient une couverture médicale. En outre, presque tous les patients (86,3 %) étaient originaires des zones urbaines.

Les résultats de l'étude ont prouvé que le programme proposé a permis de réduire l'IMC et l'HbA1c des patients d'une manière significatif. Une diminution moyenne de 0,8 kg/m² de 28,9 ± 5,2 à 28,1 ± 4,9 a été observée pour l'IMC. Cependant, l'HbA1c a diminué d'environ 1,1 % en moyenne, passant de 8,6 ± 1,7 à 7,5 ± 1,0.

Conclusion: On peut conclure que l'éducation thérapeutique nutritionnelle du patient DT2 joue un rôle essentiel pour une meilleure autogestion de la maladie. Le programme proposé s'est avéré efficace pour réduire l'IMC et l'HbA1c des patients diabétiques. La mise en œuvre de tels programmes dans toutes les régions du Maroc est un besoin urgent.

Mots clés : Diabète type 2 ; Éducation thérapeutique ; Hémoglobine glyquée ; Indice de masse corporelle.

STUDY OF METABOLIC REGULATION IN DIABETIC PATIENTS AND THE IMPACT OF THERAPEUTIC EDUCATION

Abstract:

Introduction: Diabetes is a chronic disease where patient self-management is one of the key aspects of treatment, indeed, therapeutic education is an integral part of the treatment strategy for diabetic patients. Changing patients' lifestyles by influencing their diets through nutritional therapeutic education programs can reduce their body mass index (BMI) and glycated hemoglobin (HbA1c) levels and control type 2 diabetes (T2D) patients.

Methods: The aim of this study was to evaluate the effect of a therapeutic nutrition education session for T2DM patients on their self-management activities to make their HbA1c and BMI as optimal as possible.

This is a pro-retrospective case series study, from February 1st to July 1st, 2021, involving 160 T2DM patients in all provinces of the Fez-Meknes region, consulting at the Al Amal diabetic association in Fez, Morocco.

Data collection was done through a questionnaire before the educational session during which the included patients were trained on an appropriate diet, before and after 3 months of the educational session, BMI and HbA1c of the patients were also measured.

Results: Of the 160 patients included, women (58.8%) outnumbered men (41.3%). The extremes of patient age ranged from 30 to 78 years with an average age of 56.8 ± 10.2 years. In terms of education, 39.4% of the population had no schooling, (81.9%) of the patients had medical coverage. In addition, almost all patients (86.3%) were from urban areas.

The results of the study showed that the proposed program significantly reduced the BMI and HbA1c of the patients. A mean decrease of 0.8 kg/m^2 from 28.9 ± 5.2 to 28.1 ± 4.9 was observed for BMI. However, HbA1c decreased on average by about 1.1% from 8.6 ± 1.7 to 7.5 ± 1.0 .

Conclusion: It can be concluded that nutritional therapy education of the T2DM patient plays an essential role in better self-management of the disease. The proposed program was effective in reducing BMI and HbA1c of diabetic patients. The implementation of such programs in all regions of Morocco is urgently needed.

Key Words: Type 2 diabetes; Therapeutic education; Glycated hemoglobin; Body mass index.