

Paroles d'habitants...

# QU'EST-CE QUE LA SANTÉ ?



# QU'EST-CE QUE LA SANTÉ ?

Ce carnet propose le résultat d'un recueil des **représentations de la santé** réalisé auprès d'habitants du quartier Senne<sup>1</sup>, à Bruxelles. Il valorise les savoirs profanes autour de la santé et constitue un support de réflexion dans le sens où il permet de confronter des représentations.

Pour faciliter l'expression des habitants, l'affiche « *La santé c'est aussi...* »<sup>2</sup> – qui sensibilise à une perspective globale de la santé – a servi de support dans la seconde phase du processus et a permis d'aller plus loin dans la réflexion.

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 1946) définit la santé comme « **un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité** ». Il s'agit d'une vision globale et systémique, qui dépasse les aspects purement biologiques et qui se veut être une approche positive. L'affiche « *La santé c'est aussi...* » s'inscrit dans cette perspective. Elle vise à élargir des représentations de la santé souvent cantonnées au biomédical, à sensibiliser à cette conception globale et multifactorielle. La santé n'est pas seulement fonction de soins de santé et de comportements

<sup>1</sup> – Quartier dans lequel Cultures&Santé asbl déploie ses ateliers et projets de développement communautaire.

<sup>2</sup> – Affiche réalisée par Cultures&Santé asbl en 2007 et réimprimée dans le cadre de son programme de Promotion de la santé en 2011.

Réalisation : Cultures&Santé asbl  
Graphisme : Marina Le Floch  
Éditeur responsable : Denis Mannaerts 148 rue d'Anderlecht B-1000 Bruxelles  
PS 2012  
D/2012/4825/5

Imprimé sur papier écologique

Ce carnet peut être téléchargé sur notre site [www.cultures-sante.be](http://www.cultures-sante.be)  
Il peut être commandé gratuitement (+ frais d'envoi)  
auprès de notre centre de documentation  
[cdoc@cultures-sante.be](mailto:cdoc@cultures-sante.be)  
00 32 (0)2 558 88 11

Avec le soutien  
de la Fédération Wallonie-Bruxelles

isolés, décontextualisés mais dépend au contraire de tout un environnement et d'un ensemble de facteurs nommés **déterminants de santé**. Ils peuvent être liés aux modes de vie de l'individu (alimentation, activité physique, hygiène, sommeil, etc.) ou provenir de son environnement (physique, social, économique, etc.). Les déterminants de santé sont interdépendants et influencent l'état de santé, de manière plus ou moins directe selon leur nature. « *La santé c'est aussi...* » représente ainsi la santé à travers 6 déterminants concrets : l'environnement, l'emploi, le logement, les modes de vie, l'enseignement et les loisirs.

Quelles sont les représentations de la santé des habitants du quartier Senne? La perspective globale de la santé est-elle spontanée? Quelles sont les réflexions suscitées par l'affiche « *La santé c'est aussi...* »? Facilite-t-elle une appréhension globale de la santé? Telles sont les questions qui ont guidé le recueil.

## Une démarche en 2 temps – 2 questions

### Pour vous, qu'est-ce que la santé? Comment la définir?

C'est la question difficile qui a été posée individuellement à des habitants du quartier Senne à Bruxelles, hommes et femmes de cultures différentes, âgés de 25 à 75 ans. Rencontrés au sein de plusieurs associations implantées dans ce même quartier, 11 hommes et 11 femmes livrent ainsi leurs représentations de la santé et les facteurs qui l'influencent.

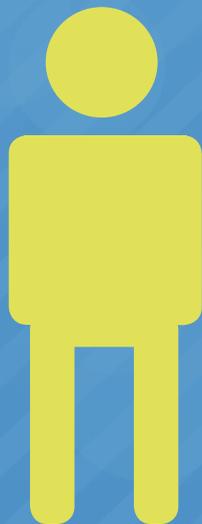
Ces représentations dépendent du vécu et des expériences de chacun. Si la question a suscité des réponses variées, des visions communes se dégagent des propos recueillis. Pour certains, la santé signifie être bien, en forme ou « sans maladie ». D'autres la définissent comme étant primordiale et à la base de tout. D'autres encore considèrent la santé comme dépendante de certaines habitudes

quotidiennes, tels que l'alimentation, le sommeil, le travail, etc. Enfin, il y a ceux qui, dans leur discours, font instinctivement allusion aux inégalités sociales d'accès aux soins de santé. Ce sont donc aussi des préoccupations liées à la santé et à ses déterminants que la question révèle.

Dans un deuxième temps, l'affiche « *La santé c'est aussi...* » était soumise aux participants et la question « **Cette illustration vous fait-elle modifier votre définition de la santé?** » était alors posée. Représentant la santé à travers des déterminants concrets, l'objectif était de confronter les représentations initiales des habitants à cette représentation globale de la santé. La deuxième partie de ce recueil est ainsi consacrée aux réactions suscitées par l'affiche afin de mettre en perspective les réflexions qu'elle suscite avec les représentations recueillies préalablement.

Dans les pages qui suivent, les témoignages sont présentés de sorte à mettre en avant les visions communes sur lesquelles reposent les représentations de la santé. Ainsi, ce recueil permet à chacun de questionner ses propres représentations de la santé en les confrontant à celles des habitants interviewés. Le carnet se veut par là un outil de réflexion pour tous.

POUR VOUS,  
QU'EST-CE QUE LA SANTÉ?  
COMMENT LA DÉFINIR?



## LA SANTÉ, C'EST ESSENTIEL ET FONDAMENTAL. LA SANTÉ, C'EST TOUT



Si tu as la santé, tu as tout, ça c'est vrai, pour moi. Moi, j'ai la santé, j'ai tout, presque tout. Si tu as la santé, tu peux travailler, tu peux aider les autres, tu peux...oui...tu peux tout faire.



« Être en bonne santé, c'est l'essentiel dans la vie. »

« La santé, c'est tout, c'est le plus important. »

« La santé, c'est le principal. »

« La santé, c'est pour vivre bien. »

« Si on a une bonne santé, on a tout. C'est tout ce qui compte la santé. Moi je connais des gens, ils ont bien tout, mais ils sont malades. Alors à quoi ça sert de tout avoir? »

« On peut avoir des sous, mais la santé ça prime. J'aime mieux avoir un petit salaire et avoir la santé. »

## LA DÉFINITION DE LA SANTÉ REPOSE SUR UNE DUALITÉ SANTÉ/MALADIE ET EST MARQUÉE PAR LA SITUATION VÉCUE

« Moi, la santé, pour l'instant, c'est pas bien... je suis malade »



« Comme on ne sait pas ce qui peut arriver, je suis vacciné. Comme ça, pas de problème avec la grippe et tout ça. Pour ma santé... enfin, je ne vais pas être malade normalement. »

Pour le moment, la santé... J'ai de l'arthrose dans les genoux, avec l'humidité... Enfin voilà, la santé, ce n'est pas fameux là.



« C'est la vie. Parce que je suis vraiment malade. J'ai eu un cancer du sein. Donc la santé, c'est la vie... »

« Pour la santé, moi je dois savoir ce que j'ai, pourquoi je suis toujours fatiguée. Je veux savoir. Parce que si je sais ce que j'ai, je vais aussi savoir quoi faire pour avoir la santé. »

## UNE PRÉOCCUPATION RÉCURRENTÉ DANS LES TÉMOIGNAGES : LES INÉGALITÉS SOCIALES D'ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ



Il y a des gens qui font des... des check up... Mais ici en Belgique, c'est pour les gens qui ont de l'argent, pas pour les gens qui sont au chômage.



« Mais avec les problèmes ici, il n'y a pas beaucoup de moyens pour vivre... Il y a des gens qui sont dehors, ils ne peuvent pas avoir la santé. »

« C'est très difficile ici pour les sans-papiers, pour avoir une aide médicale, ça prend beaucoup de temps. Il y a des gens qui n'ont pas la santé à cause de ça. »

« Il y a la santé de l'argent et la santé de la personne-même. C'est ça qu'on cherche quand on vient ici : d'abord avoir la santé de l'argent pour se soigner, puis avoir la santé de la personne... C'est ça, c'est le principe. Parce que si tu n'as pas la santé de l'argent, tu ne peux pas avoir la santé toi-même. »

« La santé, je pense, c'est un droit humain. Et pourtant, tout le monde ne peut pas avoir la santé parce qu'ici, ça coûte cher tout ça. »

## LA SANTÉ EST DÉFINIE COMME UN CAPITAL PHYSIQUE QU'IL FAUT ENTREtenir PAR DES MODES DE VIE SAINS



La santé c'est comme un moteur, s'il tombe en panne, c'est fini.



« Je suis en forme, je fais du fitness, je m'entraîne à la salle. Pour être en forme, je fais un petit tour, et pas d'alcool. C'est important de garder la santé comme ça. »

« La santé... c'est être en forme... c'est tout. »

« La santé? C'est le corps. »

« C'est quelque chose d'important, il faut toujours garder une bonne santé, il faut toujours bien manger pour garder une bonne santé. »

« C'est bien dormir, bien se nourrir; il faut connaître les maladies, par exemple les maladies les plus courantes. Sur l'hygiène aussi, avoir des informations sur l'hygiène... »

« Je crois que l'alimentation ça joue beaucoup sur le fait d'être fatigué, sur le fait d'être malade et tout. Pour moi, la santé c'est avoir une bonne alimentation et un bon rythme de vie. »

« Classiquement, il y a deux choses : dormir, manger. Si tu ne dors pas, si tu ne manges pas, tu vas penser à dormir, tu vas penser à manger, avant de penser à tout autre activité. On ne peut réaliser quelque chose de valable dans l'existence que si on a le ventre plein et que si on a l'esprit reposé. »

## LA SANTÉ EST DÉFINIE COMME UN ÉTAT DE BIEN-ÊTRE PHYSIQUE ET PSYCHIQUE INFLUENCÉ PAR CERTAINS FACTEURS COMME LE LIEN SOCIAL ET L'ENVIRONNEMENT



Être en bonne santé, c'est le bien-être, se sentir bien dans son corps et dans sa tête.



« Là je ne suis pas bien. C'est à cause de l'amour. Ce n'est pas physique, c'est le cœur... Maintenant je ne suis pas bien, c'est tout. »

« Évidemment, avoir un bon médecin, qui t'explique bien, qui te connaît bien... c'est important pour ta santé. »

« Pour que je sois mieux il faudrait plus de soleil. Et puis surtout plus de propreté dans les rues. »

« C'est le bien-être en soi. Le bien-être en soi, physiquement et mentalement. »

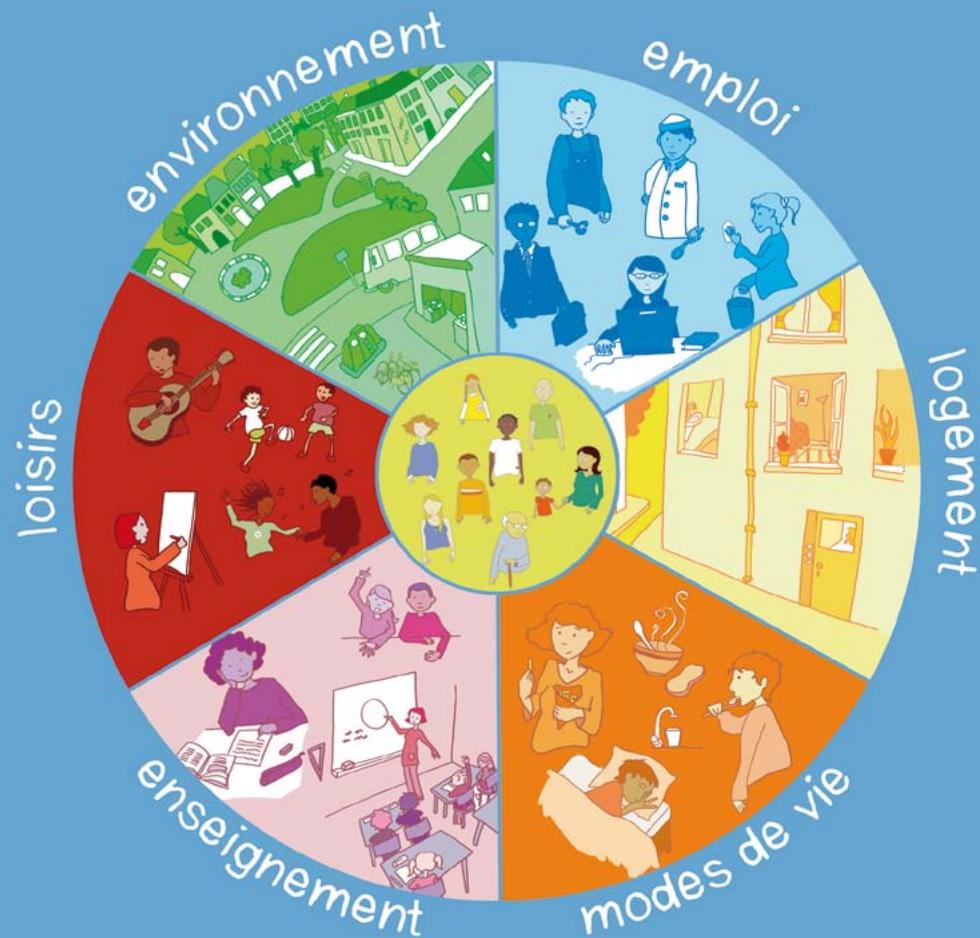
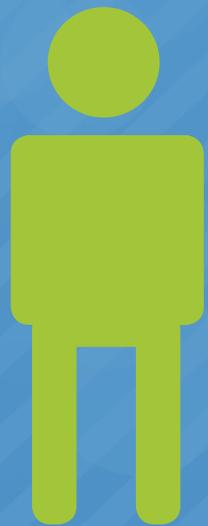
Pour la plupart des personnes interrogées, la santé est primordiale car elle est perçue comme un préalable au bien-être. Elle est désignée comme un déterminant de la vie sociale et active.

La dualité santé/maladie est fortement présente dans les discours. Elle est notamment exprimée au travers du vécu des personnes et de la douleur ressentie. Quand on aborde la santé, certains habitants décrivent spontanément leur état de 'mauvaise' santé actuel. On constate que la santé est encore souvent appréhendée dans sa perspective biomédicale, avec des allusions fréquentes au corps, à l'aspect physique. L'aspect psychique de la santé est moins évoqué, alors qu'il fait partie intégrante de la santé telle que définie par l'OMS. L'approche médicale de la santé semble dominer dans les esprits et plus particulièrement encore à travers sa dimension curative, contrairement à la dimension préventive qui n'est que très peu exprimée. Par ailleurs, cette dimension préventive est surtout révélée au travers de la vaccination, perspective médicale également. Santé et soins de santé semblent donc être indissociables.

Spontanément, les liens entre déterminants de santé et santé ne sont que peu évoqués. Les modes de vie (surtout l'alimentation et le sommeil) sont quelquefois mentionnés, de même que le lien social et l'environnement, mais dans une moindre mesure. Ces déterminants apparaissent surtout lorsque les individus interviewés envisagent la santé comme un capital à préserver tout au long de l'existence. En outre, dans les propos recueillis, aucun lien n'est fait entre la santé et des déterminants tels que les loisirs, le logement, l'emploi ou encore l'enseignement.

Enfin, de nombreuses allusions aux inégalités sociales d'accès aux soins de santé sont faites et semblent refléter une préoccupation partagée.

CETTE ILLUSTRATION  
VOUS FAIT-ELLE MODIFIER  
VOTRE DÉFINITION  
DE LA SANTÉ?



# L’AFFICHE SUSCITE UNE VISION GLOBALE DE LA SANTÉ

« La santé, c’est un petit mot mais on peut dire que c’est un mot qui est général. Je veux dire, un mot qui est lié à tout ça. » [montrant l’affiche]

« Ce que je vois là, c’est la vie de tous les jours. Les enfants, l’enseignement, les loisirs, l’environnement, l’emploi. Et par rapport à la santé, et bien tout ça, c’est le respect de la santé. Se sentir bien dans son boulot, être bien chez soi. C’est un peu tous les aspects de la vie ou de la santé. »



Tout ce qui est repris ici, c’est vrai que tout ça fait partie de la santé. Ça reprend tout, toute la vie quotidienne. Tout ce qui est pollution, là où on est tout le temps, c’est-à-dire au travail ou à la maison, ou les enfants à l’école. C’est là où on est tout le temps.



« C’est ça qui fait notre santé : l’environnement, l’emploi, le logement, les modes de vie, l’enseignement, les loisirs. Tout ça, c’est la santé. »

« Il y a tout là-dedans. La santé, c’est tout là-dedans. Tout est là, oui. »

« C’est la vie comme ça. Il faut vivre comme ça pour avoir une bonne santé... Vivre comme ça pour être bien. Sinon c’est foutu. »

« Tout ça, c’est un détail de la vie. »

« Si tu fais ces choses-là qui sont sur le dessin, tu oublies les problèmes... Oui, en fait c’est ça : si tu fais ça, tu oublies beaucoup de problèmes et c’est bon pour ta santé. »



« C’est clair que les modes de vie, c’est l’hygiène, les plages de repos, adapter ses modes de vie en fonction de son environnement... enfin, tout ça, les modes de vie, c’est clair que ça va influencer sur ton état de santé. »

« Vivre sain, manger sain, étudier, jouer aussi, marcher...voir les gens, parler. Oui, tout ça, ça fait la santé. »

# L’AFFICHE SUSCITE UN DÉSIR SPONTANÉ DE HIÉRARCHISER LES DÉTERMINANTS ENTRE EUX EN FONCTION DE LEUR IMPORTANCE



Ce que je veux dire, c’est que l’un vient avec l’autre... pour pouvoir avoir ça... Pour comprendre, pour être employé, pour avoir un logement, pour remplir les papiers et tout ça... Donc la première chose c’est l’enseignement.



« Laver les dents, dormir vers 8h, bien manger, bien étudier... il faut beaucoup de travail. Je veux dire, les parents, pour que l’enfant soit bien dans la société, il faut d’abord que les parents aient un travail, qu’ils aient une bonne vie. Et comme maintenant il y a la crise, le père ne travaille pas, la mère ne travaille pas... »

« C’est mieux de les classer par ordre. Parce que déjà, pour avoir accès à la santé, il faut un logement... l’environnement, ça vient après... »

« Surtout l’environnement, il faut qu’il soit propre. L’emploi aussi, il faut d’abord l’emploi. »

« Moi je pense que le premier c’est ça, l’emploi... Après, c’est tout le reste qui vient; c’est clair, tout commence par ça... Mais avant tout ça, non, le premier truc en fait, ce n’est même pas l’emploi, c’est l’enseignement. »

« Le plus important, c’est vivre sain et manger sain. Ah, mais l’enseignement aussi c’est important. »



# L’AFFICHE PERMET DE POSER UN REGARD CRITIQUE SUR SON ENVIRONNEMENT



« On va dire la santé, c’est aussi l’environnement, c’est évident. Si t’as pas un espace dans lequel tu peux t’épanouir, ça ne va pas aller. Si quand tu rentres chez toi, que tu fermes la porte, t’es dans la crainte, dans l’angoisse et dans l’anxiété, ton sommeil va être perturbé et c’est déjà foutu. [...] Dans un environnement de stress, de fatigue et tout, on ramène le stress et la fatigue à la maison, et plutôt que de jouer avec ses enfants, on va les engueuler parce qu’ils crient. [...] L’enseignement, alors là... La plus grande des pauvretés, c’est la pauvreté intellec-

tuelle. [...] On peut apprendre dans des livres, mais malheureusement les autodidactes sont de plus en plus rares sur cette planète. Donc oui, l’enseignement est pour moi fondamental, et clairement sous-évalué, sous-valorisé dans cette société. Et le loisir, malheureusement souvent dévalorisé aussi. Surtout au niveau des adultes. Mais pourtant, avoir une échappatoire quelle qu’elle soit est quand même très intéressant. Pour échapper de tout le stress qu’on pourrait accumuler dans une journée.



« Premièrement, l’emploi : il n’y en a plus, tout le monde est au chômage. Même les magasins ferment. L’environnement : c’est bien, à part qu’il y a trop de circulation, il y a trop de voitures et ça pollue. Les loisirs : il faudrait plus de parcs, les parcs pour les enfants. Parce que jouer à la maison, ça ne suffit pas, c’est trop petit. Et sur la rue, c’est trop dangereux. Devant la télé, c’est pas bon non plus... Alors oui, il faudrait plus de parcs en fait, ça serait mieux pour les enfants, pour qu’ils puissent courir, tout ça. »

« L’environnement c’est déjà important parce qu’on est dedans. Sans l’environnement, il n’y a rien. Donc l’emploi : sans l’emploi on ne sait pas manger... L’enseignement : c’est grâce à ça qu’on a un travail et qu’on apprend à améliorer. Et les loisirs, c’est s’amuser avec les enfants, son

mari, sa famille, etc. c’est important aussi. Il faut avoir des loisirs. Ici, il existe des endroits pour ça, pour se retrouver et faire quelque chose. »

« Il faut un bon environnement : de l’air propre à respirer, moins de pollution. L’alimentation saine, sans OGM, sans intervention des êtres humains. Et puis il y a se loger : pas d’humidité, pas de pollution à la maison, bien aérer... Bien dormir, bien se nourrir. Mais il faut avoir les moyens : par exemple, maintenant le bio ça coûte plus cher qu’autre chose. Et puis, l’enseignement, l’apprentissage : on apprend à l’école, à écrire et à lire, mais avec ça on apprend plein de choses ; avec les livres. [...] Ah oui, il y a les loisirs aussi : pour moi, ça c’est la santé... peut-être plus psychique. Mais c’est la santé aussi. »

« Tu prends quelqu'un... Tant qu'il n'a pas de logement, il n'a pas de droit, et il perd tous ses droits, même le droit de santé. Dès qu'il perd son droit, il se tourne vers la rue. Il va apprendre toutes les délinquances et les mauvaises fréquentations, l'alcool, la drogue... Moi je vois ça autour de moi, j'observe. C'est comme un cercle vicieux. Alors pour la santé, il faut d'abord le logement. »

« Surtout l'environnement, il doit être bon : les voitures doivent diminuer, moins de CO<sub>2</sub>. Aujourd'hui, on voit beaucoup de trucs écologiques, comme par exemple pour chauffer les maisons, les bâtiments. Tout ça pour mieux économiser l'énergie. C'est mieux pour l'environnement. Et pour l'humain, et pour la santé de l'homme. »

« La réalité elle n'est pas comme ça... là je vois que tout est bien, tout est parfait. Mais la réalité, ce n'est pas comme ça. C'est plus compliqué, plus difficile. »



# L’AFFICHE SUSCITE UNE RÉFLEXION SUR LES DÉTERMINANTS NON EXPLICITEMENT PRÉSENTS SUR L’ILLUSTRATION



Il manque un petit coin pour les soins de santé. En fait, il faudrait aussi orienter les gens vers des soins de santé mentale. Beaucoup de gens sont un petit peu réticents de ce côté-là.



« Il y a un truc qui manque... c'est l'hygiène. C'est très important ça l'hygiène. Pour la santé et tout... Ah oui, je vois que c'est un peu là, sur le dessin, dans les modes de vie. Mais il faudrait quand même plus insister sur l'hygiène je trouve. »

« Est-ce que vous voyez la réalité économique, la santé des gens ? Ce qu'on entend à la télé et à la radio... Les crises, les gens qui sont à la porte, le travail, et tout. Ça il faudrait aussi dessiner. »

« Sinon, la santé c'est aussi être bien avec tout le monde... Ça c'est aussi une bonne santé. Il n'y a pas beaucoup de gens ensemble là, sur le dessin. »

« Mais la santé, moi je crois que c'est aussi comme gagner au loto... Ce n'est pas tout à fait une chance, mais... parfois oui. »



Il ressort de ces entretiens avec les habitants du quartier que, conformément à ses objectifs, l'affiche suscite une réflexion sur la santé et ses déterminants. Elle favorise de ce fait une appréhension globale de la santé. C'est en outre un support qui facilite l'expression des publics et qui permet de questionner de manière approfondie les représentations de la santé.

Alors qu'initialement la relation entre la santé et ses déterminants était parfois inversée par les habitants interviewés, la santé étant vue comme ce qui permet l'accès à divers facteurs de bien-être, la présentation circulaire des déterminants de l'affiche semble faciliter la compréhension de la relation dans l'autre sens. Cette illustration sous les yeux, les habitants décrivent les déterminants comme influençant l'état de santé.

Spontanément, les individus ont essayé de classer les déterminants de santé en leur accordant divers degrés d'importance, se référant pour cela à leur propre situation et contexte de vie. Néanmoins, tous se sont aperçus qu'il est difficile de dégager un déterminant majeur, qui définira tous les autres, tant ils sont interdépendants et interagissent. L'affiche permet donc de susciter la réflexion quant à l'articulation des déterminants de santé entre eux, de mettre en évidence la relation causale multifactorielle et plus ou moins directe de ceux-ci sur l'état de santé.

Certains témoignages recueillis laissent transparaître le fait que les individus se sentent investis d'une lourde mission quant à leur état de santé. Cela se perçoit au travers de propos tels que : « *il faut vivre comme ça pour avoir une bonne santé* » ou encore « *Si tu fais ces choses là [...] c'est bon pour ta santé* », « *Vivre sain, manger sain, étudier, jouer aussi, marcher... voir les gens, parler [...] ça fait la santé* ». Ces participants semblent endosser toute la responsabilité de leur santé. Or, il ne faut pas perdre de vue le fait que certains déterminants dépassent le champ d'action des personnes, sont hors de leur portée directe. Qu'il s'agisse de facteurs liés au contexte politique ou socio-économique, les individus ne peuvent agir seuls sur ceux-ci alors qu'ils ont une incidence sur leur état de santé. Et envisager un déterminant sans tenir compte du contexte dans lequel il s'insère n'a que peu de sens. Dès lors, l'individu ne peut être tenu pour seul responsable de sa santé. Le fait d'être conscient de l'incidence de ces déterminants sur la santé est toutefois le préalable à une participation dans les processus décisionnels ainsi qu'à la mobilisation collective pour un changement social.

## REMERCIEMENTS

Cultures&Santé tient à remercier le Buurtwinkel, la Maison de quartier Buanderie, la Maison médicale de la Senne, la Maison médicale des Riches Claires, l'Espace social Télé-service, pour l'accueil qu'ils nous ont réservé. Cultures&Santé remercie également les habitants du quartier Senne qui se sont prêtés au jeu des interviews ainsi que Gaétane Thirion qui a collaboré à ce projet.

Ce carnet a été réimprimé à l'occasion de l'édition du kit « *La Santé c'est aussi...* » intégrant, en plus de ce carnet, une affiche et un manuel d'accompagnement permettant d'exploiter ces supports et donnant des clés pour aborder la question des déterminants de santé.

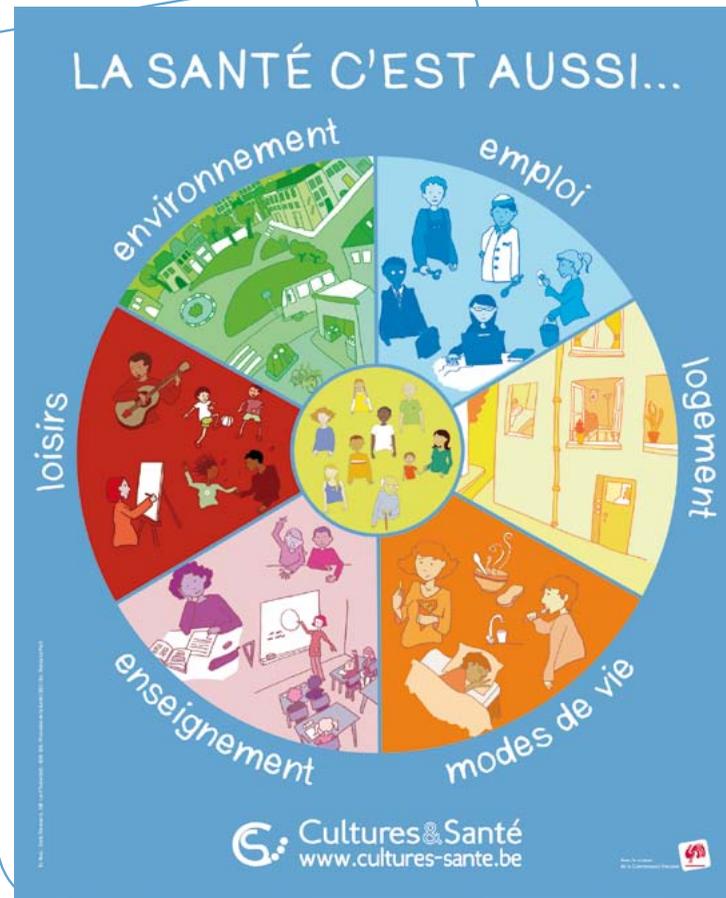
Le kit, créé dans le cadre du programme de promotion de la santé de l'association, ainsi que les éléments qui le composent sont disponibles à Cultures&Santé.

Pour plus d'informations :  
[www.cultures-sante.be](http://www.cultures-sante.be)

Adressez-vous au centre  
de documentation de  
Cultures&Santé

Rue d'Anderlecht, 148  
1000 Bruxelles  
Tel : 02/558.88.11  
[cdoc@cultures-sante.be](mailto:cdoc@cultures-sante.be)

Permanences :  
Lundi, mardi, mercredi et vendredi  
de 9h30 à 16h30



Cultures&Santé

148, rue d'Anderlecht  
B-1000 Bruxelles

+32 (0)2 558 88 10

[info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)

[www.cultures-sante.be](http://www.cultures-sante.be)



