

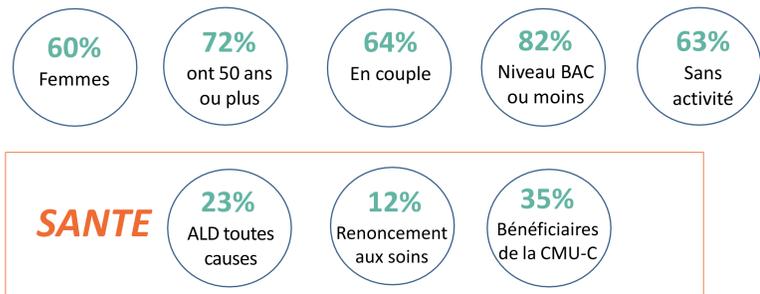
René Bun^a, Hugo Laguës-Hugouvieux^a, Babacar Tounkara^a, Laurie Kichenapanaïdou^a, Catherine Marimoutou^a, Estelle Nobécourt^{a,b,c} et le groupe des investigateurs PREDIABRUN

^a INSERM CIC 1410, Service de santé publique et de soutien à la recherche, CHU Réunion, Saint-Pierre, France; ^b Service d'Endocrinologie, Métabolisme et Nutrition, CHU Réunion, Saint-Pierre; ^c DÉTROI INSERM U1188, Université de La Réunion, France.

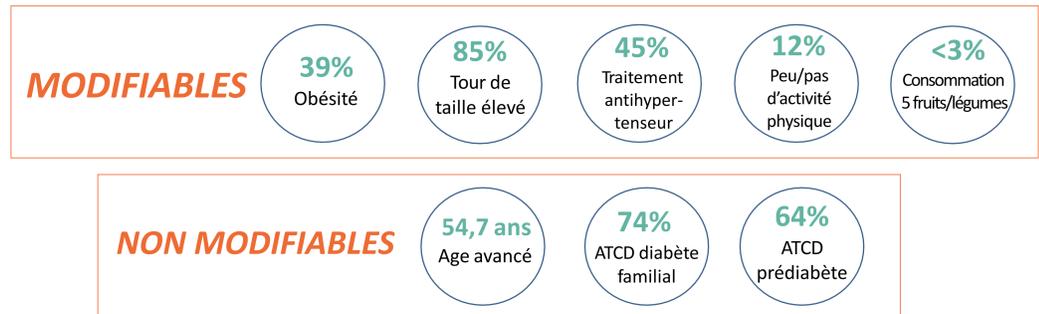
INTRODUCTION : L'amélioration de la prévention du diabète et ses complications à La Réunion est une priorité majeure en matière de santé. En effet, la prévalence standardisée du diabète traité dans cette région est la plus élevée de France, touchant jusqu'à 10% de la population. Les sujets prédiabétiques constituent une sous-population cible pour la prévention car ils sont à très fort risque de passage au diabète¹, mais des actions ciblées sur les modifications de leurs habitudes hygiéno-diététiques ont montré leur efficacité pour réduire leur risque de progression vers le diabète². Ainsi, la connaissance des caractéristiques de la population des prédiabétiques réunionnais permettrait de mieux cibler leur dépistage et les mesures hygiéno-diététiques les plus appropriées à leur proposer.

METHODES : La cohorte PREDIABRUN³ (NCT04463160) a pour objectif d'étudier la transition diabétique de sujets prédiabétiques identifiés en soins primaires à La Réunion. La présente étude analyse les habitudes de vie des 330 premiers participants inclus. Un score alimentaire, dérivé du questionnaire de fréquence alimentaire³, a été utilisé pour évaluer l'adhérence aux recommandations- du Plan National Nutrition Santé 4 (PNNS-4). L'Activité Physique (AP) a été classée selon la recommandation OMS en 3 catégories : sédentaire <150 minutes d'AP modérée/semaine, actif entre 150 et 300 minutes d'AP modérée/semaine et très actif >300 minutes d'AP modérée/semaine.

RESULTATS : Caractéristiques sociodémographiques (n=330)

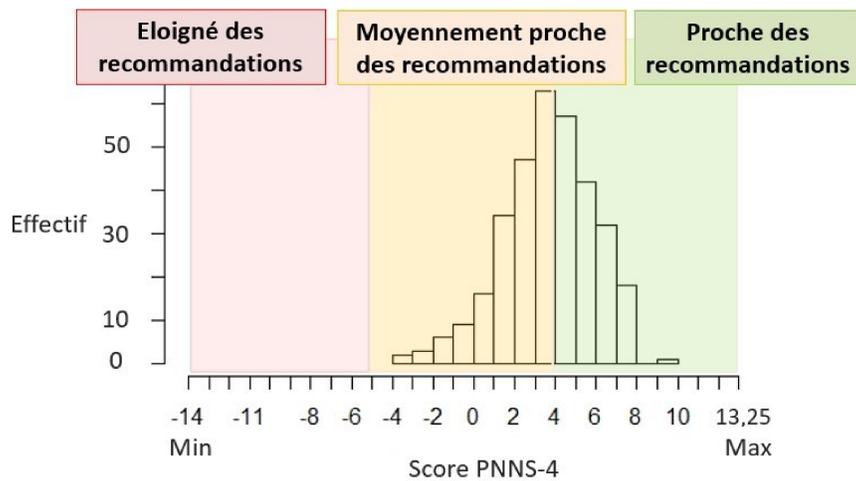


Facteurs de risque liés au diabète (n=330)



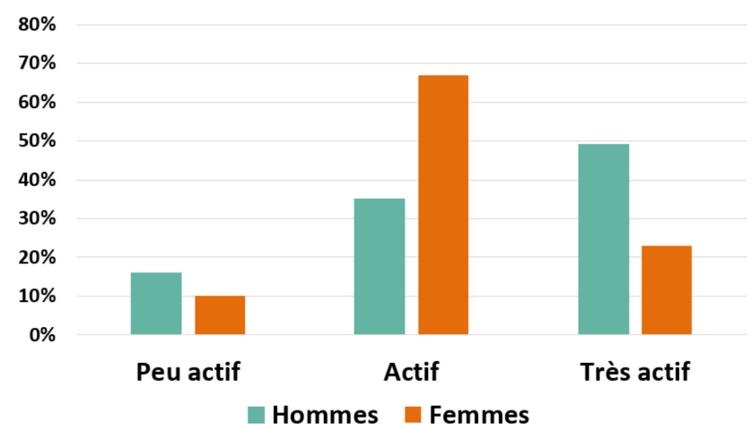
Répartition des scores PNNS-4 dans la cohorte de prédiabétiques :

Le score alimentaire moyen des participants est 3,7. Les participants sont répartis de manière équilibrée entre une alimentation « moyennement proche » ou « proche » des recommandations PNNS-4. Bien que la perception moyenne de leur équilibre alimentaire soit de 6,0 sur 10, aucune corrélation significative avec le score alimentaire moyen n'a été trouvée. Seuls 2,4% des participants consomment au moins cinq fruits et légumes par jour et moins de la moitié consomment un fruit ou un légume par jour (cf Figure ci-dessous).



Classification des participants selon leur niveau d'activité physique :

Environ 87,6% des participants observent les recommandations nationales en matière d'activité physique (30 minutes par jour d'activité d'intensité modérée au moins 5 fois par semaine). Ces activités physiques comprennent essentiellement la marche, le bricolage et le ménage. Les hommes sont plus actifs que les femmes avec 48,5% d'hommes classés comme « Très actif » par rapport à 23,2% de femmes. De plus, les hommes sont plus enclins à pratiquer des sports que les femmes (35,6% contre 14,1%) (cf Figure ci-dessous).



Influence de la préexistence du prédiabète avant l'étude sur le mode de vie des participants :

Dans notre étude, les habitudes de vie des participants n'étaient pas impactées par la connaissance d'une anomalie du taux de glycémie antérieure à l'inclusion. L'adhésion au PNNS-4 comme les scores d'activité physique étaient identiques entre les sujets prédiabétiques nouvellement identifiés lors de l'étude et ceux présentant un antécédent de prédiabète sur leurs anciennes biologies, identifiés par leur médecin traitant (cf Table)

| Paramètres | Prédiabète connu (%) N=192 (63,6%) | Prédiabète non connu (%) N=110 (36,4%) |
|---------------------------|---------------------------------------|---|
| ≥ 5 fruits et légumes /j. | 3 | 1 |
| Fruits tous les jours | 41 | 41 |
| Légumes tous les jours | 44 | 39 |
| ≥ 1 boisson sucrée /sem. | 50 | 58 |
| ≥ 150 min. d'AP /sem. | 87 | 89 |
| Score PNNS-4 (moyenne) | 3,8 (2,3) | 3,7 (2,1) |

CONCLUSION : Les résultats mettent en évidence des ajustements nécessaires dans la prise en charge du diabète. Dans l'alimentation réunionnaise, privilégier les fruits et légumes est essentiel. Pour une meilleure gestion du prédiabète, il est recommandé de promouvoir les activités de loisirs en complément des tâches domestiques. Renforcer le rôle du médecin traitant en lui permettant de fournir des conseils personnalisés concernant les changements alimentaires et les activités physiques est primordial pour prévenir efficacement l'évolution vers le diabète.

¹ Anthony N, Lenclume V, Fianu A, Le Moullec N, Debussche X, Gérardin P, Marimoutou C, Nobécourt E. Association between prediabetes definition and progression to diabetes: The REDIA follow-up study. Diabetes Epidemiology and Management. 2021. Doi : 10.1016/j.deman.2021.100024

² The IMAGE Study Group; Paulweber,B.; Valensi,P. et al. European evidence-based guideline for the prevention of type 2 Diabetes. Hormone and Metabolic Research. S1, volume 42, April 2010, page S-564.

³ Anthony N, Bruneau L, Leruste S, Franco JM, Domercq A, Kowalczyk C, Nobécourt E, Marimoutou C. [Diabetes incidence in subjects with PREDIABetes from ReUNion Island: the PREDIABRUN observational cohort study protocol.](#) BMJ Open. 2022 Nov 21;12(11):e062520. doi: 10.1136/bmjopen-2022-062520.