Diabète et santé mentale : contribuez à notre baromètre inédit !

La Fédération lance l'étude DiaMind, un baromètre inédit pour mieux évaluer l'état de santé mentale des personnes vivant avec un diabète.

Un nouvel outil pour recueillir les ressentis

Vivre avec un diabète, c'est bien plus qu'une affaire de glycémie. C'est aussi composer avec des émotions, des doutes, et parfois du stress ou encore de la solitude. Consciente de cette réalité, la Fédération Française des Diabétiques initie DiaMind : un baromètre annuel dédié à la santé mentale des personnes vivant avec un diabète. Ce projet s'inscrit dans la volonté de la Fédération de mettre en lumière les enjeux psychologiques que peuvent connaître des personnes vivant avec un diabète, et de mieux comprendre l'impact de la maladie sur leur bien-être.

Un questionnaire simple et anonyme

Ce baromètre prend la forme d'un questionnaire en ligne, accessible à toutes les personnes concernées par un diabète, quel que soit le type. Il aborde différents aspects du vécu quotidien : la qualité du sommeil, le stress, l'anxiété, le sentiment de solitude, les émotions positives ou négatives ou encore la relation au corps. En moins de 20 minutes, chacun peut y répondre et contribuer à dessiner une image fidèle des besoins psychologiques des patients. Les réponses sont anonymes et seront analysées de manière globale pour faire émerger des besoins spécifiques en termes de santé mentale pour les personnes vivant avec un diabète.

Pour mieux agir ensemble

Les résultats du baromètre DiaMind seront un précieux levier pour adapter les actions et les missions de la Fédération, sensibiliser les professionnels de santé et porter la voix des patients auprès des pouvoirs publics. En participant, chacun contribue à une meilleure prise en compte de l'impact psychologique du diabète. Car derrière chaque chiffre, il y a une histoire, un quotidien, des émotions. Et chaque témoignage compte pour bâtir un accompagnement plus humain et plus juste.

Si vous ressentez le besoin de parler avec quelqu'un, n'hésitez pas à vous tourner vers votre médecin traitant ou un professionnel de la santé mentale dans des structures spécialisées comme les centres médicaux psychologiques (CMP). Vous pouvez également joindre la ligne Écoute Solidaire de la Fédération par téléphone : 01 84 79 21 56, service gratuit et ligne anonyme et confidentielle. La ligne téléphonique, animée par des bénévoles formés, est ouverte tous les jours (y compris les week-ends et jours fériés) de 10 h à 20 h.

Si vous souhaitez participer à notre baromètre, cliquez ici : https://diamind.sanoia.com/ .

Crédit photo : Adobe Stock