

# La salutogenèse : un terme pas aussi inusité qu'il paraît !



par **Marise Tétréault**, inh., M.A., coordonnatrice au développement professionnel, OPIQ

« Nous pouvons définir la salutogenèse comme un mouvement allant vers le pôle santé d'un continuum santé-maladie. » — Aaron Antonovsky<sup>1</sup>

Le paradigme qui a cours en médecine depuis « la nuit des temps » est celui de la *pathogénèse*, terme composé de deux mots grecs : *pathēin* = souffrir et *génésis* = origine. La *pathogénèse* s'intéresse donc à l'origine de la maladie et c'est aussi dans ce contexte que les concepts de prophylaxie et de prévention ont été développés au fil du temps<sup>2</sup>.

Le terme de *salutogenèse*, pour sa part, se compose du mot latin *salus* (*salutis*) = santé et du mot grec *génésis* = origine. La salutogenèse pose donc la question de l'origine de la santé et, de ce fait, elle fonde aussi un paradigme nouveau<sup>3</sup>. Ce changement de perspective a encouragé le développement des approches positives en santé, telles que la résilience, la hardiesse, l'autonomisation et l'autoefficacité<sup>4</sup>.

Selon cette conception, les questions de premier plan deviennent donc « d'où vient la santé? » et « comment peut-elle être invitée? » et non plus « d'où vient la maladie » et « comment peut-elle être évitée? ».

À titre d'exemple, en présence d'une maladie infectieuse<sup>5</sup> :

## Conception pathogénique

- Qui m'a transmis cela?
- Comment s'appelle le virus ou la bactérie?
- Est-ce qu'un antibiotique peut être prescrit, si oui, lequel?

## Conception salutogénique

- Pourquoi est-ce uniquement moi qui ai eu cette infection, alors que mon entourage a gardé sa santé?
- Qu'est-ce qui fait que je n'ai pas été protégé alors que certains individus l'ont été?
- Pourquoi tous n'ont-ils pas été contaminés, alors qu'ils étaient pareillement exposés?

## Fondateur de la salutogenèse<sup>6</sup>

Il y a environ 30 ans, le sociologue de la santé, Aaron Antonovsky, a proposé le terme *salutogenèse* pour désigner ce qui produit la santé en contraste avec ce qui cause la maladie (*pathogénèse*). Son décès prématuré dans les années 1990 ralentit le développement de cette théorie, qui avait déjà commencé à susciter beaucoup d'intérêt.

Deux chercheurs scandinaves intéressés à la promotion de la santé, Bengt Lindström et Monica Ericksson, ont pris le relais au début des années 2000 et ils sont devenus depuis une référence internationale de la recherche scientifique concernant la *salutogenèse*.



## Références

- 1 Cité dans LINDSTRÖM, B. et M. ERICKSSON. Octobre 2012a. *La salutogenèse. Petit guide pour promouvoir la santé*. Adaptation française par M. Roy et M. O'Neill. Québec, © Presses de l'Université Laval (PUL), p. 7. [Extrait en ligne] [<http://livres.prologuenumerique.ca/Telechargement/Extrait.cfm?ISBN=978-2-7637-9683-3&type=pdf>] (consulté le 27 mai 2015).
- 2 GLÖCKLER, M. 2006. *Salutogenèse. Où trouver les sources de la santé physique, psychique et spirituelle?* Sommaire, p. 3. [En ligne] [<http://apma.fr/boutique/wp-content/uploads/2013/05/salutog%c3%a9n%c3%a8se-extrait.pdf>] (consulté le 27 mai 2015).
- 3 *Ibid.*
- 4 ROY, M. (responsable du comité scientifique). *La pertinence des approches positives pour l'amélioration des actions de santé publique*. Résumé d'atelier, Journées annuelles de santé publique (JASP), 27 novembre 2012. [En ligne] [<http://jasp.inspq.qc.ca/2012-la-pertinence-des-approches-positives.aspx>] (consulté le 27 mai 2015).
- 5 GLÖCKLER, *op. cit.*, p. 4.
- 6 LINDSTRÖM, B. et M. ERICKSSON. Octobre 2012b. *La salutogenèse. Petit guide pour promouvoir la santé*. Adaptation française par M. Roy et M. O'Neill. Québec, © Presses de l'Université Laval (PUL). [Description en ligne] [<https://www.pulaval.com/produit/la-salutogenese-petit-guide-pour-promouvoir-la-sante/>] (consulté le 27 mai 2015).