



Un balado pour voir la santé autrement

Ils vous accompagnent durant vos trajets de transport en commun, en salle d'attente, ou encore lorsque vous vous affairez à des tâches domestiques autrement ennuyeuses. Les balados vous distraient, vous renseignent, mais peuvent-ils changer la façon dont vous concevez votre travail, ou encore, votre perception des personnes marginalisées?

Anne-Marie Ouimet, professionnelle en évaluation, CREMIS – CIUSSS Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Une étude du CREMIS, le Centre de recherche de Montréal sur les inégalités sociales, les discriminations et les pratiques alternatives de citoyenneté, s'est intéressée à l'impact des balados, ou « podcasts », lorsque ceux-ci sont développés par des chercheurs qui souhaitent faire connaître le fruit de leurs recherches. Les résultats de cette recherche évaluative démontrent que l'écoute d'un balado¹ sur les inégalités sociales de santé permet d'influencer l'intervention à l'égard des personnes dont la santé est fragilisée par ces inégalités. Le balado, que l'on peut écouter dans le confort de son salon, a-t-il un pouvoir transformateur insoupçonné?



Un balado qui redonne confiance

D'entrée de jeu, Estelle Carde et Rachel Benoît, respectivement chercheure et coordonnatrice en mobilisation des connaissances au CREMIS, souhaitent sensibiliser les intervenants du domaine de la santé et des services sociaux aux inégalités sociales de santé, et ce, par le biais d'un balado : un médium attrayant et permettant d'atteindre un large auditoire². **Or, l'évaluation des impacts de ce balado révèle qu'il a fait plus que les**

Crédit photo: Andrea Picquadio



sensibiliser : il leur a redonné confiance en leur pouvoir d'agir sur les inégalités sociales de santé. Comment? En les éclairant sur les mécanismes qui créent ces inégalités et en les aiguillant vers des stratégies d'intervention prometteuses et parfois négligées.

L'influence du social sur la santé

Le balado traite d'un sujet à la fois intuitif et abstrait. La chercheure clarifie le concept d'inégalités sociales de santé, qu'elle décrit comme « une différence de santé entre deux groupes, qui s'explique par le rapport de pouvoir qu'ils entretiennent ». Pensons aux Autochtones du Canada : victimes de racisme, de discrimination, d'injustices depuis les débuts de la colonisation européenne, leur santé physique et mentale en porte encore aujourd'hui des séquelles se perpétuant de génération en génération.

Ainsi, la santé ne s'explique pas uniquement par des raisons biologiques ou individuelles. La discrimination, la pauvreté, ou encore le racisme peuvent placer les personnes qui les subissent dans des conditions sociales, matérielles et comportementales nuisibles pour leur santé.

L'influence des facteurs sociaux sur la santé : le cas de Mario

Mario, 55 ans, provient d'un milieu défavorisé. La situation financière de sa famille le pousse à abandonner ses études à l'adolescence. Peu lettré et sans diplôme, il occupe des emplois précaires et faiblement rémunérés. Il trouve un peu d'apaisement au stress provoqué par sa situation dans l'alcool, habitude qui se transforme en trouble de consommation. Ses excès le mènent à un divorce et à la perte de la garde de ses enfants et de son emploi. Isolé et au chômage, il devient anxieux et éprouve des problèmes de santé. Il subit un arrêt cardiaque et devient limité dans ses déplacements par un ulcère au pied, conséquence d'un diabète incontrôlé. *(Exemple inspiré d'un cas développé par des étudiants au collégial ayant participé à l'étude)*

Enfin, le balado suggère des solutions permettant aux intervenants d'agir sur les inégalités sociales. On y propose notamment des stratégies visant à briser l'isolement et à améliorer l'estime de soi de personnes dont la santé peut être fragilisée par la discrimination, l'exclusion ou la pauvreté.

Donner le micro aux chercheurs

Les balados gagnent chaque année en popularité au Canada. En 2021, 21% des adultes canadiens francophones en écoutaient tous les mois³. Parmi les raisons évoquées, trois personnes sur quatre rapportent en écouter pour apprendre de nouvelles choses⁴. Leurs contenus et leurs sources se diversifient plus que jamais, des institutions scientifiques telles que le CREMIS produisent à leur tour des balados dans l'optique d'élargir l'accessibilité à la recherche, tout en mettant à la disposition des auditeurs et auditrices des contenus aux bases scientifiques solides et fiables⁵.

Cette étude, ayant combiné différentes méthodes telles que des comparaisons avant-après écoute, avec et sans écoute, puis des observations d'activités offertes à des étudiants visant à mettre en pratique les contenus retenus, démontre tout le potentiel de ce média alternatif.

Il permet l'acquisition de connaissances et l'amélioration des pratiques d'intervenants et d'étudiants aspirant à occuper ce type de fonction.

En plus de favoriser l'accessibilité des connaissances issues de la recherche, les balados permettent de diversifier les modes d'apprentissage⁶. Ils stimulent les sens autrement, l'usage du son et du ton de parole pouvant toucher l'affect des auditeurs⁷. Mettant de l'avant l'humain derrière la recherche, ils constituent une voie de diffusion méritant d'être exploitée par les institutions scientifiques, particulièrement lorsque celles-ci produisent des connaissances qui peuvent guider la pratique et aider à voir la santé autrement.



Crédit photo: Madga Ehler

Chercheurs, à vos micros!

¹ Benoît, R. (animatrice). (2020). *Décrypter les inégalités sociales avec Estelle Carde – Les inégalités sociales de santé* [Balado audio]. CREMIS. <https://www.cremis.ca/publications/articles-et-medias/decrypter-les-inegalites-sociales-1-les-inegalites-sociales-de-sante/>

² Strickland, B. K., Brooke, J. M., Zischke, M. T., & Lashley, M. A. (2021). Podcasting as a tool to take conservation education online. *Ecology and Evolution*, 11(8), 3597-3606.

³ Centre d'étude sur les médias. (2022). Radio. Repéré à http://cem.ulaval.ca/publics/portraits_sectoriels/radio

⁴ Strickland, B. K., Brooke, J. M., Zischke, M. T., & Lashley, M. A. (2021). Podcasting as a tool to take conservation education online. *Ecology and Evolution*, 11(8), 3597-3606.

⁵ Cho D, Cosimini M, Espinoza J. (2017) Podcasting in medical education: a review of the literature. *Korean journal of medical education*, 29(4), 229-239.

⁶ Strickland et al. (2021). *op. cit.*

⁷ Cohen, É. (2019). La baladodiffusion: de la réécoute à la création sonore de podcasts. *Sociétés & représentations*, 2(48), 159-167.