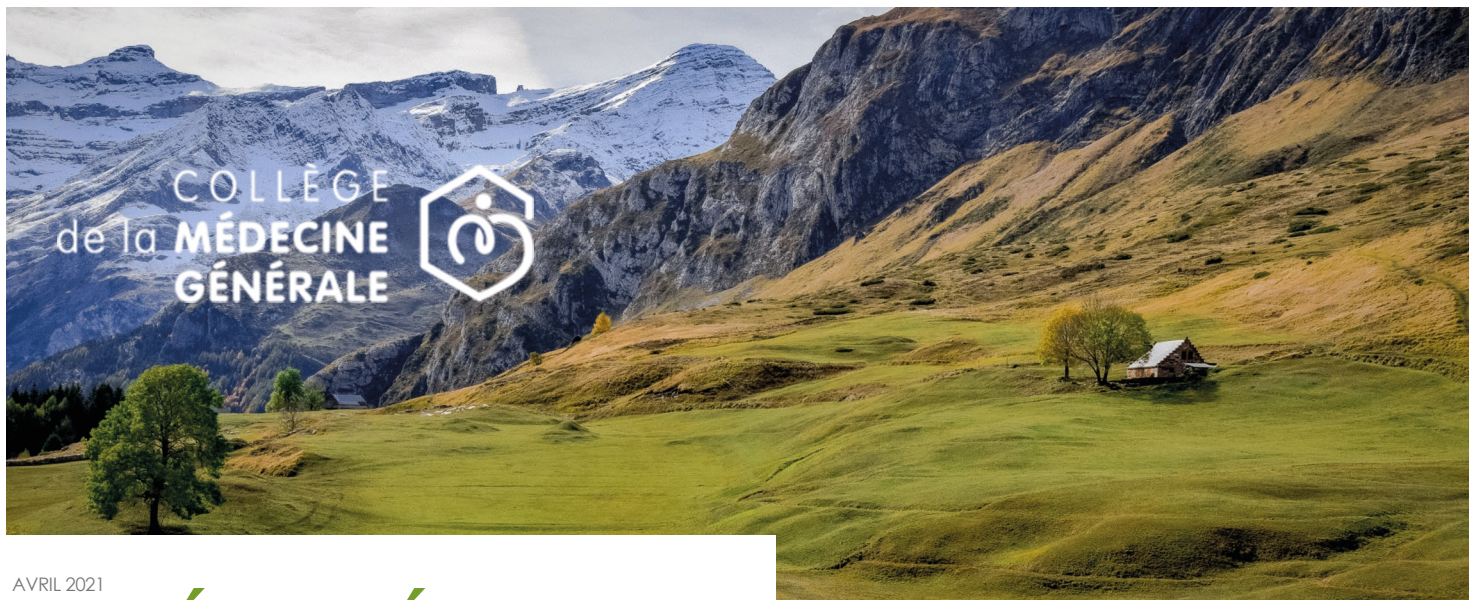




AVRIL 2021

SANTÉ PLANÉTAIRE EN MÉDECINE GÉNÉRALE

Le temps de l'action

Pandémie de covid-19, pollution globale de l'environnement (air, sol, eau), réchauffement climatique ou encore effondrement de la biodiversité menacent aujourd'hui directement notre santé. Les preuves scientifiques sont formelles, les perturbations environnementales d'origine humaine sont la cause de ces catastrophes sanitaires¹. La liste est longue : maladies infectieuses émergentes, maladies chroniques (cardiovasculaires, pulmonaires...), cancers, troubles psychiques, surmortalité liée aux vagues de chaleur, insécurité alimentaire, menaces sur les ressources en eau potable, risques de conflits... Nous savons aussi que les populations les plus vulnérables sont les plus touchées.

Ces nouveaux enjeux viennent questionner nos conceptions et nos pratiques médicales. Nous nous sentons impuissant·es. Comment relever cet immense défi sanitaire ?

La "santé planétaire" est née de ces interrogations en 2014², suivie par la création de la *Planetary Health Alliance* en 2015, et le lancement de la revue *The Lancet Planetary Health* en 2017. Aujourd'hui, des professionnel·les de santé du monde entier rejoignent ce mouvement.

La santé planétaire est un domaine médical fondé sur les preuves, centré sur la caractérisation des liens entre les modifications des écosystèmes dues aux activités humaines et leurs conséquences sur la santé. Son objectif est de développer et d'évaluer des solutions pour contribuer à un monde équitable, durable, et sain.

Il en découle une nouvelle approche médicale pratique, plus holistique et éthique. Pour accompagner les patient·es, nous devons mieux comprendre les écosystèmes dont nous dépendons et les préserver. Prendre soin des êtres humains c'est aussi agir en faveur de modes de vie plus adaptés à l'équilibre des milieux sans lesquels nous ne pourrions exister. De plus, au-delà de notre cabinet et de nos frontières, ces actions pourraient bénéficier à l'ensemble du vivant ainsi qu'aux générations futures.

UNE NOUVELLE APPROCHE POUR RÉPONDRE À DE NOUVEAUX ENJEUX

En quoi la santé planétaire concerne les médecins généralistes ?

Acteurs et actrices de première ligne du système de santé, nous, médecins généralistes, connaissons bien l'environnement familial, économique, social, professionnel et naturel dans lequel vivent nos patient·es. Nous avons avec elles et eux une relation de confiance et de proximité, qui nous permet d'analyser, d'échanger, de conseiller et de soigner en prenant en compte la réalité globale d'un territoire. La prévention est l'un des piliers de la médecine générale. La santé planétaire apporte une dimension supplémentaire à la prise en charge globale que nous connaissons déjà. Elle nous aide à mieux comprendre les interactions entre les modes de vie et les maladies. Lors des pics de pollution, par exemple, nous constatons l'augmentation de la fréquence des consultations pour exacerbation d'asthme ou de bronchite chronique. Au fil des années, nous observons aussi une hausse du nombre de certaines pathologies comme les cancers, le diabète de type 2, les maladies neurodégénératives... De plus, mieux sensibilisé·es, mieux formé·es, nous faisons partie des professionnel·les les plus à même d'informer et d'agir en faveur de la santé planétaire³, c'est-à-dire de prendre soin conjointement de la planète et des populations, avec tous les cobénéfices qui en découlent.

Par où commencer ?

La transdisciplinarité caractéristique de la santé planétaire implique de repenser notre rapport à la nature et à l'espace de vie communautaire, en favorisant les approches intégrant la résilience et l'adaptation. Le défi peut sembler de taille, mais s'inscrit parfaitement dans l'évolution actuelle de l'exercice de la médecine générale : le développement conjoint des exercices coordonnés pluri-professionnels en témoigne.

Nous pouvons facilement commencer par un peu de lecture et la mise en place de changements simples dans nos cabinets : quelques pistes d'action à suivre dans le document ci-joint.

Le groupe de travail santé planétaire du Collège de la Médecine Générale s'engage à vos côtés pour co-construire l'exercice de demain à la lumière des nouveaux enjeux de santé planétaire. Ensemble, passons à l'action !

¹ WONCA Working Party on the Environment, the Planetary Health Alliance, Clinicians for Planetary Health Working Group. Declaration calling for the family doctors of the world to act on planetary health [Internet]. Mars 2019 [cité 17 janvier 2021].

² S. Myers, H. Frumkin, editors. *Planetary Health : protecting nature to protect ourselves*. Washington : Island Press. 2020

³ Xie E, de Barros EF, Abelson A, Stein AT, Haines A. Challenges and opportunities in planetary health for primary care providers. *The Lancet Planetary Health*. mai 2018;2(5):e185-7

Mettre la santé planétaire au coeur de la médecine générale

Quelques pistes d'action

+ D'INFOS SUR LES ACTIONS sur le site du CMG

● J'affiche dans ma salle d'attente des messages simples en faveur de la santé planétaire

-J'éveille la curiosité pour initier le dialogue avec les patient·es
-Je me rends sur le site du CMG pour choisir et imprimer une ou des affiches proposées

● J'échange avec le ou la patient·e en consultation sur son environnement

J'identifie et aborde les problématiques environnementales qui concernent la vie personnelle et professionnelle des patient·es, et je renseigne les expositions éventuelles dans le dossier médical

● Médicaments

Je discute avec le ou la patient·e de l'impact des consommations médicamenteuses sur sa santé (effets secondaires, interactions médicamenteuses, antibiorésistance) et sur l'environnement (impact sur la biodiversité, pollutions des eaux et des sols). J'explique les alternatives possibles et sensibilise à une bonne gestion des médicaments à domicile (auto médication, élimination des médicaments non utilisés)

● Alimentation

-Je conseille une alimentation variée à dominante végétale : légumes, fruits, céréales complètes, légumineuses, noix et graines, huiles insaturées (colza, noix, olive).
-Je recommande une alimentation locale et de saison.

● Activités physiques

Inspirez, soufflez, marchez, pédalez !
Je recommande aux patient·es de privilégier les mobilités actives même assistées.
Cela permet de renforcer la santé tout en préservant l'environnement, et ce d'autant plus que l'activité est réalisée en contact avec la nature

● Je réduis et trie mes déchets au cabinet

Pour limiter les déchets, je réfléchis et regroupe mes achats avec mes collègues. Ainsi, je limite le nombre de livraisons et les emballages. Stop Pub, papiers, cartons, piles, déchets de soins, médicaments..., j'établis un plan de gestion des déchets pour le cabinet, j'étudie la possibilité d'un compost. Je m'aide des outils existants, par exemple Doc'durable

● J'anticipe les impacts du changement climatique

-J'opte dans ma vie professionnelle pour une approche globalement plus durable et plus résiliente. Ainsi, je participe à l'atténuation du changement climatique en limitant mes émissions de gaz à effet de serre.
-J'adapte progressivement mon cabinet et mon exercice aux impacts présents et à venir du changement climatique, notamment les événements météorologiques extrêmes (canicules, sécheresse et feux de forêt, inondations) amenés à être plus fréquents et plus intenses.
-Je porte une attention particulière aux populations vulnérables les plus exposées

● J'organise mes trajets

-J'utilise le transport le plus sobre en fonction de mon activité
-Je planifie et regroupe mes visites ; c'est également le moment idéal pour adapter la prise en charge au plus près de l'environnement du patient ou de la patiente (salubrité de l'habitat, alimentation, stockage des médicaments...)

● J'organise des réunions durables sur mon territoire

Je sensibilise mes collègues à la santé planétaire et nous organisons des éco-réunions simples et conviviales

● Je participe à une action de formation

Je me renseigne auprès des structures et associations de formation adhérentes du Collège de Médecine Générale

● Je me documente sur la santé planétaire

-Je lis la déclaration appelant les médecins généralistes du monde entier à agir en faveur de la santé planétaire relayée par le CMG qui contient de très nombreuses ressources internationales. En France les thématiques liant santé et environnement sont développées notamment par :
• Santé Publique France (Climat, Pollution et santé, maladies vectorielles...)
• l'onglet Santé et environnement du site du Ministère de la Santé
• des travaux de thèse comme Santé Durable
• des agences comme l'ADEME
• des associations...

● Santé périnatale

Je saisis l'opportunité qu'est la période périnatale pour évoquer les liens entre la santé humaine et planétaire. C'est une période particulièrement propice à la discussion car parents et enfants sont vulnérables vis à vis de l'environnement (perturbateurs endocriniens, iatrogénie, alimentation) ; le besoin de prendre soin est au premier plan. Dans ce moment-clé favorisant l'implication des parents, je formule des conseils sous forme d'alternatives créatives (parfois même économiques) et positives, qui nourrissent le besoin de cohérence, plutôt que des injonctions véhiculant la peur. Je m'appuie sur le site agirpoubébé

