

À la convergence des objectifs climatiques et sanitaires : les cobénéfices santé et environnement

*At the convergence of climate and health objectives :
health and environment co-benefits*

CLEEREN S.

Cellule Environnement de la SSMG
Espace médical Waterloo

RÉSUMÉ

L'environnement a des conséquences majeures sur la santé et vice versa. Il est maintenant nécessaire d'intégrer l'environnement dans nos pratiques de la médecine. La santé planétaire est une discipline médicale fondée sur les preuves qui nous permet d'exercer la médecine de façon plus holistique. Les cobénéfices nous permettent d'aborder les liens entre santé et environnement au travers du prisme de la santé de notre patient.

Rev Med Brux 2024; 45 : 297-301

Mots-clés : santé publique, environnement, santé planétaire, cobénéfices

ABSTRACT

The environment has a major impact on health, and vice versa. It is now necessary and urgent to integrate the environment into our medical practices. Planetary health is an evidence-based discipline of medicine that enables us to practice medicine in a more global way. The cobenefits help us approach the links between health and the environment through the prism of our patient's health.

Rev Med Brux 2024; 45: 297-301

Keywords: public health, environment, planetary health, co-benefits

INTRODUCTION : LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT, UNE URGENCE SANITAIRE

Notre santé dépend de celle de notre environnement. Or, ces dernières décennies, celui-ci a été dégradé plus rapidement et plus profondément que jamais au cours de l'histoire de l'humanité⁽ⁱ⁾. Les changements climatiques, la pollution de tous les milieux ainsi que la perte de biodiversité menacent aujourd'hui les progrès réalisés ces dernières années en terme de santé globale et d'espérance de vie⁽ⁱⁱ⁾. La façon dont nous traitons nos écosystèmes est aussi une question éthique. En effet, les pays du sud qui polluent bien moins que ceux du nord, sont pourtant les plus sévèrement touchés par les conséquences. D'autre part, en dégradant notre environnement, nous hypothéquons d'ores et déjà le droit fondamental à un environnement propre, sain et durable des générations futures⁽ⁱⁱⁱ⁾.

Selon l'OMS, les maladies non transmissibles (infarctus du myocarde, accidents vasculaires cérébraux, cancers, diabète et affections respiratoires chroniques) sont responsables de près de 74 % des

décès dans le monde⁽ⁱⁱ⁾. Cette épidémie de maladies chroniques menace de saturer nos systèmes de soins et son coût fait de la prévention et la lutte contre ces maladies un impératif majeur pour le 21^e siècle. Encore selon l'OMS, près d'un quart des maladies et des décès dans le monde seraient attribuables à l'environnement. Celui-ci serait un facteur de risque dans plus de 80 % des maladies⁽ⁱⁱⁱ⁾. On sait que le système de soins ne joue qu'un rôle modeste dans les déterminants de la santé puisqu'il ne serait responsable que d'environ un quart de l'état de santé et du bien-être de la population⁽ⁱⁱⁱ⁾.

Il semble que face à ces nouveaux enjeux, les médecins nécessitent une nouvelle approche. En effet, traiter la santé humaine, la santé animale et celle des écosystèmes séparément nous a maintenant montré ses limites.

La WONCA^(iv) en 2019 a publié un appel aux médecins généralistes du monde entier à agir sur la santé planétaire^(iv).

(i) <https://news.un.org/fr/story/2021/10/1105902>

(ii) https://www.who.int/fr/health-topics/noncommunicable-diseases#tab=tab_1

(iii) <https://www.inspq.qc.ca/exercer-la-responsabilite-populationnelle/determinants-sante>

(iv) World Organization of National Colleges, Academies and Academic Associations of General Practitioners/Family Physicians

Tableau 1

D'après la WONCA, pistes de ce que peut faire le médecin généraliste pour agir sur la santé planétaire⁵.

- Approfondir ses connaissances
- Informer les patients que leur santé dépend en définitive de l'environnement, à la fois à l'échelle locale et mondiale.
- Répondre aux défis sanitaires émergents causés par les changements environnementaux : (...) surveiller les facteurs environnementaux locaux, tels que les vagues de chaleur, les autres désastres naturels, le défrichement des terres, la qualité de l'air, qui sont susceptibles d'affecter la santé ou la réponse au traitement des patients.
- Préparer le lieu d'exercice professionnel, pour la gestion possible de catastrophes, et pour limiter l'impact environnemental de chaque pratique.
- Conseiller les patients sur l'importance des cobénéfices
- Montrer l'exemple.
- Prendre une part active au plaidoyer pour des politiques de santé efficaces
- Rejoindre et s'impliquer dans un groupe de travail environnement de la WONCA

« La santé planétaire est un domaine émergent centré sur la caractérisation des liens entre les perturbations des systèmes naturels terrestres dues aux activités humaines et leurs conséquences sur la santé publique. Son objectif est de développer et d'évaluer des solutions fondées sur les preuves afin de préserver un monde équitable, durable et sain⁵ »^v.

Il en découle une approche plus systémique, holistique et éthique^{vi}.

SANTÉ PLANÉTAIRE ET MÉDECINE GÉNÉRALE

Le médecin généraliste occupe une place de choix pour prodiguer des conseils de santé planétaire à son patient. En effet, en ce qui concerne la prévention, le médecin de famille est au centre du parcours de soin et jouit de la confiance de son patient. De plus, nous avons déjà l'habitude de prendre en charge notre patient dans son milieu familial, social, économique, professionnel et avons avec lui une relation de proximité. Le tableau 1 nous montre ce que peut

faire le médecin généraliste pour agir pour une santé planétaire.

L'APPROCHE PAR COBÉNÉFICES

L'étude des liens entre environnement et santé est vaste et sa compréhension nécessite tout de même de s'y former. Pourtant, sans forcément comprendre les mécanismes de façon exhaustive, l'approche par cobénéfices permet au médecin d'aborder certaines thématiques du quotidien en consultation avec ses patients (alimentation, transport, traitements, ...).

Les cobénéfices sont définis par la WONCA comme « Les choix quotidiens et les changements clés que les personnes/ patients peuvent faire dans leur propre vie qui conduisent simultanément à un bénéfice pour leur propre santé et pour celle de l'environnement ».

Le tableau 2 nous montre que certains choix quotidiens individuels peuvent être à la base de bénéfices à la fois pour la santé mais aussi pour l'environnement. Nous sortons donc ici du cercle vicieux pour entrer dans un cercle vertueux⁶.

Tableau 2

Cobénéfices au niveau alimentation, transport, contact avec la nature et traitements. Par l'auteur.

Action individuelle	Impact sur la santé	Impact sur l'environnement
Alimentation saine et durable Moins de produits d'origine animale Moins d'aliments ultra transformés et de boissons sucrées Plus de céréales complètes Plus de légumes, fruits et légumineuses	Moins d'acide gras saturés et hydrogénés Moins de sel Plus d'acides gras insaturés Plus de fibres  Réduction - de l'obésité - du diabète type 2 - de l'hypertension - de l'hypercholestérolémie - des maladies cardiovasculaires	Moins de pesticides Moins de GES * Moins d'eutrophisation Réduction de la pollution plastique  Réduction des impacts des changements climatiques Préservation de la biodiversité Diminution de l'exposition aux différents polluants (microplastiques, perturbateurs endocriniens, pesticides, ...) (*)GES= gaz à effet de serre

(v) Téléchargeable sur : <https://www.cmg.fr/wp-content/uploads/2019/10/De%CC%81claration-WONCA-VF.pdf>
(vi) https://www.cmg.fr/wp-content/uploads/2021/05/Sante-plane%CC%81taire_CMG-avril2021.pdf

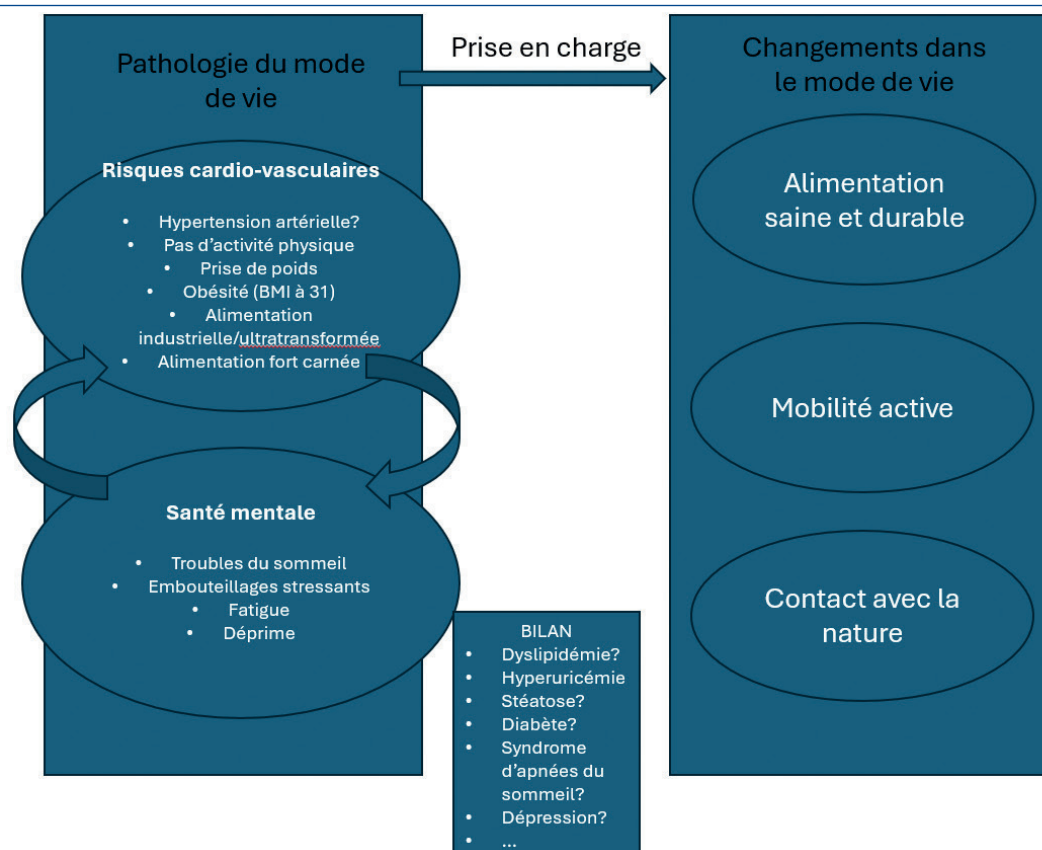
Transport Favoriser une mobilité active : Déplacements à pied ou à vélo	Plus d'activité physique Moins de stress Plus de contact social ↓ Bénéfices pour la santé mentale Réduction - de l'obésité - du diabète de type 2 - de l'hypertension - de l'hypercholestérolémie - des maladies cardiovasculaires - des maladies respiratoires	Moins de GES Moins de bruit Moins de pollution atmosphérique Moins de fragmentation des habitats naturels ↓ Réduit les impacts du dérèglement climatique Réduit la pollution Préservation de la biodiversité
Contact avec la nature Activité physique en extérieur Participation à des activités de conservation Jardinage Contact avec des animaux	Plus d'activité physique Réduction du stress Plus de contact social Exposition au soleil Contact avec la biodiversité microbienne Consommation de produits non transformés, fruits et légumes ↓ Bénéfices pour la santé mentale Réduction - de l'obésité - du diabète de type 2 - de l'hypertension - de l'hypercholestérolémie - des maladies cardiovasculaires - des maladies respiratoires	Préservation des espaces naturels/verts Favorise une attention à la biodiversité/ une autre relation à la nature ↓ Réduction des impacts de la perte de biodiversité
Traitement « Adopter une prescription écoresponsable reposant sur des références scientifiques solides et respectant la sécurité des soins, dans une vision holistique de prise en charge globale, à l'écoute de l'individu et de son environnement »^{vii} Puis-je prescrire : -Autrement ? -Moins ? -Mieux ?	Moins d'iatrogénie Moins d'antibiorésistance Prévention renforcée Lutte contre les inégalités Diminution des dépenses en soins de santé/ Meilleur accès aux soins Renforcement de l'autonomie en santé des patients Renforcement du lien thérapeutique et de la compliance	Moins de GES Moins de pollution des milieux (résidus de médicaments) : - Meilleure santé publique - Moins d'effets sur la biodiversité

EXEMPLE PRATIQUE AU TRAVERS D'UNE VIGNETTE CLINIQUE

Mr V. vient à la consultation pour son rappel de vaccination contre le Tétanos. Vous en profitez pour prendre sa tension artérielle car il vient rarement, il est plutôt en bonne santé. Sa tension est de 150/90 mmHg. Vous lui dites que c'est un peu trop élevé et il explique qu'en ce moment, il est très pris par son travail et qu'il a un poste à responsabilités. Vous l'interrogez un peu plus sur ses habitudes de vie et il vous explique qu'il vit seul, que son sommeil laisse à désirer, que l'hiver le déprime et que du coup, il ne fait plus de sport. Il a pris 5 kilos ces trois derniers mois, ce qui le fait passer à un IMC de 31. Il travaille à moins de dix kilomètres de sa maison mais cela lui prend parfois un temps fou en voiture car c'est au centre-ville. Il commande souvent des repas à emporter ou achète des plats tout faits en grande surface. Monsieur se définit comme amateur de viande qu'il choisit avec soin à la boucherie du magasin. Il dit aimer cuisiner mais n'a plus le temps pour le faire. Il se sent déprimé et fatigué et vous demande votre avis sur des vitamines pour le « booster » et sur des antidépresseurs.

Dans la partie gauche de la figure 1 sont résumés les éléments clés de l'anamnèse. Ces éléments vont permettre de discuter des cobénéfices avec votre patient.

(vii) Livret « La prescription écoresponsable : je passe à l'action » téléchargeable sur <https://www.cmg.fr/sante-planetaire/>



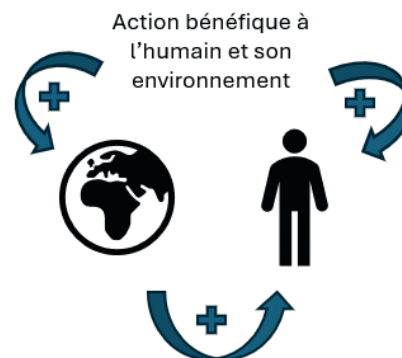
Devant ces plaintes et signes cliniques, il paraît opportun de dépister notre patient à la recherche d'autres caractéristiques du syndrome métabolique ou de complications. Notre patient est en demande d'antidépresseurs, nous parle de déprime et semble avoir un style de vie fort stressant. Dès lors, il peut être utile d'approfondir le sujet de la dépression et l'équilibre entre vie privée et professionnelle avec lui. Notre patient souffre d'un mode de vie qui a des conséquences négatives sur sa santé. Certaines médications pourraient être nécessaires pour corriger certaines complications. Cela dit, afin d'améliorer sa santé, il est donc nécessaire de lui prodiguer des conseils et explications sur des changements à adopter.

Avoir une alimentation plus saine et durable, adopter une mobilité active et augmenter ses interactions avec la nature va améliorer la santé de notre patient tout en préservant l'environnement. Vivre dans un environnement sain lui permettra de rester en meilleure santé. Le tableau 2, sans rentrer dans des explications exhaustives, vous montre quelques cobénéfices.

Toujours dans cet esprit de cobénéfices (figure 2) pour la santé du patient et celle de l'environnement, il conviendrait d'adopter une prescription écoresponsable. Évitez les traitements médicamenteux si ceux-ci ne sont pas indiqués est la première étape. Par exemple, nous pourrions demander à notre patient d'effectuer des automesures de tension pour vérifier qu'il ne s'agit pas d'un classique « effet blouse blanche ». Sa dépression est-elle assez profonde que pour devoir bénéficier d'un

Figure 2

Principe des cobénéfices (par l'auteur).



antidépresseur selon les guidelines? La prescription de compléments alimentaires est-elle justifiée? Il faut savoir que la prescription de médicaments représente la plus grosse partie (environ 60%) des émissions de GES de la première ligne de soins⁷. À côté de cela, une partie des médicaments que l'on ingère et métabolise est excrétée via les urines et selles dans les égouts puis se retrouve en partie dans les eaux de surfaces (lacs, rivières, mers) puis dans les eaux souterraines⁸ ce qui a des conséquences sur la biodiversité⁹. Comme le montre une étude du service public de Wallonie¹⁰, en fonction des médicaments et de la qualité du système de potabilisation de l'eau, on peut retrouver de multiples résidus de médicaments dans les eaux potables à

(viii) <http://www.graie.org/mediates/index.html>

destination de la consommation humaine en Wallonie et à Bruxelles. Ceci peut constituer un danger pour la santé publique⁸ et est une cause d'augmentation de la résistance aux agents antimicrobiens^{ix}. La surprescription de médicaments nuit à la santé du patient et à l'environnement. Maximiser les approches préventives permet de diminuer le nombre de malades et ainsi de réduire la nécessité de traitements potentiellement dangereux

pour le patient et polluants pour l'environnement. À côté de cela, un renforcement de la formation des médecins à la déprescription¹¹, à la revue de médication^{12 x}, à la prescription écoresponsable^{xi} ainsi que favoriser une formation continue indépendante et basée sur les faits en pharmacothérapie au détriment du marketing pharmaceutique¹³ iraient dans le sens d'une prescription plus rationnelle.

CONCLUSION

Notre santé dépend de notre environnement. En tant que professionnel de la santé, il est donc important de reconnaître cette interrelation et d'en comprendre les mécanismes afin de pouvoir l'intégrer dans nos soins. La santé planétaire nous offre une approche plus systémique et préventive basée sur les preuves. L'approche par cobénéfices se veut positive et centrée sur les solutions. Elle fait appel à plus d'éducation au patient et de promotion de la santé rendant au patient un rôle actif dans sa santé. Abordable par tous sans être expert en santé environnementale, elle permet de prodiguer des conseils pratiques à son patient pour améliorer sa santé tout en préservant l'environnement.

Conflits d'intérêt : néant.

BIBLIOGRAPHIE

1. Abbasi K, Ali P, Barbour V, Benfield T, Bibbins-Domingo K, Hancocks S, *et al.* Time to treat the climate and nature crisis as one indivisible global health emergency. The Lancet. 2023;402(10413):1603-6.

2. Gonzalez Holguera J, Senn N. Co-bénéfices santé-environnement: revue de la littérature. Bull Med Suisses [Internet]. 15 juin 2021 [cité 5 avr 2023]; Disponible sur: <https://doi.emh.ch/bms.2021.19714>

3. Prüss-Üstün A, Corvalán CF, World Health Organization. Prévenir la maladie grâce à un environnement sain : une estimation de la charge de morbidité imputable à l'environnement : résumé. / A. Prüss-Üstün et C. Corvalán. Preventing disease through healthy environments: towards an estimate of the environmental burden of disease : executive summary. 2006;11.

4. Iacobucci G. Planetary health: WONCA urges family doctors to commit to action. BMJ. 2019;364:l1002.

5. Whitmee S, Haines A, Beyrer C, Boltz F, Capon AG, Dias BF de S, *et al.* Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation–Lancet Commission on planetary health. The Lancet. 2015;386(10007):1973-2028.

6. Senn N, Del Rio Carral M, Gonzalez Holguera J, Gaille M, éditeurs. Santé et environnement - Vers une approche globale [Internet]. 1^{re} éd. RMS éditions / Médecine & Hygiène; 2022 [cité 29 avr 2023]. Disponible sur : <https://www.revmed.ch/livres/sante-et-environnement>

7. Healthcare's Environmental Footprint – Health Declares [Internet]. [cité 6 avr 2024]. Disponible sur: <https://healthdeclares.org/the-science/healthcares-environmental-footprint/>

8. Souvet DP. 2 Les dialogues de l'ASEF: Quand nos médicaments polluent notre eau. Association Santé Environnement France [Internet]. 2017 [cité 6 avr 2024]; Disponible sur: <https://www.asef-asso.fr/production/les-dialogues-de-lasef-special-medicaments-dans-leau/>

9. Zuercher B. Impact des médicaments sur l'environnement. Rev Med Suisse. 2022;18(790-2):1471-3.

10. Wallonie Environnement SPW. Recherche de substances émergentes dans les eaux et intéressant la santé publique et l'environnement. Programme de recherche IMHOTEP. Rapport finall. [Internet]. 2018 [cité 6 avr 2024]. http://eau.wallonie.be/IMG/pdf/IMHOTEP_RF_180807.pdf

11. Spinewine A, Adda TR. Consommer moins de médicaments et mieux. Un impératif éducationnel et environnemental. Louvain Med. 2024;143(01):63-7.

12. Anrys P, Strauven G, Roussel S, Vande Ginste M, De Lepeleire J, Foulon V, *et al.* Process evaluation of a complex intervention to optimize quality of prescribing in nursing homes (COMET-ON study). Implementation Sci. 2019;14(1):104.

13. Organisation Mondiale de la Santé et Action Internationale pour la Santé
Projet collaboratif. Comprendre la promotion pharmaceutique et y répondre
Un manuel pratique. 2009. https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-04/comprendre_la_promotion_pharmaceutique_et_y_repondre_-_un_manuel_pratique.pdf

Travail reçu le 8 avril 2024 : accepté dans sa version définitive le 23 juillet 2024.

AUTEUR CORRESPONDANT :

S. CLEEREN

Espace Médical Waterloo

Chaussée de Bruxelles, 325 – 1410 Waterloo

Email : dr.scleeren@gmail.com

(ix) <https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/Th%C3%A9matique%20-%20Antibior%C3%A9sistance%20et%20environnement.pdf>

(x) <https://www.ssmg.be/wp-content/uploads/RMG/392/RMG392.pdf#page=6>

(xi) <https://www.cmg.fr/wp-content/uploads/2024/02/Prescription-ecoresponsable-CMG2024.pdf>

Vol. 45 - 4
SEPTEMBRE
2024

301

Revue Médicale
de Bruxelles

À la convergence des objectifs climatiques et sanitaires : les cobénéfices santé et environnement