

Santé

LE BILLET

de Nancy Cattan

CHEFFE DU SERVICE SANTÉ
ncattan@nicematin.fr



Le meilleur de nous-mêmes

PETITE SCÈNE du quotidien. Je gare ma voiture, lorsqu'à quelques mètres de moi, un vieil homme, qui marche avec difficulté, perd l'équilibre et tombe. À ses côtés, sa compagne, affolée, tente d'amortir sa chute. Elle trébuche à son tour et se retrouve au sol. Leur fille, qui les précédait, se retourne et hurle, en pleurs. Cette scène, on pourrait l'envisager par le prisme de la fragilité. De ces maudites chutes, véritable fléau qui frappe de plein fouet nos aînés et précipite, voire occasionne, leur entrée dans la dépendance. Mais, le témoin que j'ai été a surtout envie de retenir ce qui va suivre. Je n'ai même pas le temps de sortir de mon véhicule qu'un groupe s'est déjà précipité vers le trio. Un couple de quadragénaires, une jeune fille, un adolescent, d'autres personnes âgées... Tous se portent au secours du couple à terre. En quelques secondes, des chaises sont hâtivement récupérées dans un café voisin, la fille du couple âgé est enveloppée dans des bras réconfortants, un automobiliste propose d'emmener tout le monde aux urgences... Heureusement plus de peur que de mal. Alors, je reste là, quelques secondes, à observer. Et je savoure ce que le tableau offre au regard.

Qui sont ces gens qui, par le hasard de la vie, se sont retrouvés acteurs de cette scène. Certains, derrière leurs écrans, profèrent-ils parfois des propos agressifs sur les réseaux ? De quels partis politiques sont-ils ? Étaient-ils des opposants s'écharpant hier sur X (ex Twitter) ou Facebook ? À quelle classe socioprofessionnelle appartiennent-ils ? Je ne le saurai jamais. Et finalement peu importe.

Ce qui est sûr, c'est que si cet instant n'a peut-être pas réuni statistiquement les « meilleurs d'entre nous », il a en revanche révélé ce qu'il y a de meilleur en chacun de nous : cet altruisme spontané, instinctif, l'autre enfin perçu dans le réel.

À l'heure de l'IA, devenue notre confesseuse, notre psy ou notre béquille - nous poussant chaque jour à avoir un peu moins besoin des autres - cette scène nous rappelle la nécessité de ne pas lui céder ce qui a permis à l'homme de survivre aux pires épreuves : son caractère d'animal social, conscient que sa survie passe irrémédiablement par celle de toute son espèce.

PHOTO ISTOCK



ENVIRONNEMENT Un jeu en ligne permet aux professionnels de santé libéraux de s'approprier les pratiques écoresponsables. Objectifs : améliorer leur qualité de vie, leur santé... et celle de leurs patients.

Visite virtuelle dans un cabinet écoresponsable

PAR CAROLINE MARTINAT /CMARTINAT@NICEMATIN.FR

C'EST UNE TRÈS SÉRIEUSE invitation à jouer que lancent l'Union des médecins libéraux et Med'aide inter URPS Paca¹⁾ aux soignants libéraux. Les deux structures ont mis en ligne un **serious game**, « Le Cabinet écoresponsable de demain ». Il s'agit de « les aider à mieux comprendre les soins écoresponsables », une démarche de conciliation entre santé publique et respect de l'environnement, et de les inciter à « adopter des pratiques écoresponsables au service de leur qualité de vie au travail, de leur santé et de celle de leurs patients », expliquent le Dr Marie-Claire Tuffery, médecin généraliste et pilote de Med'aide inter URPS Paca et le Dr Alice Baras, experte en développement durable en santé et conceptrice du jeu.

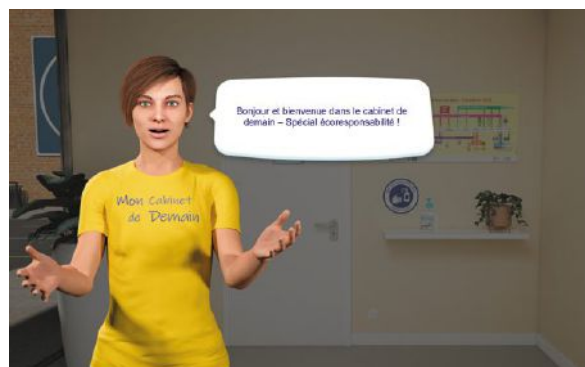
Imaginé « par des soignants pour des soignants » en lien avec plusieurs URPS (dentistes, kinésithérapeutes), le jeu est un outil pédagogique ludique. On suit Camille, le personnage central, dans les différentes pièces d'un cabinet médical, depuis le parking jusqu'à la salle de consultation, en passant par l'accueil, la salle d'attente...

« En reprenant les codes d'un jeu des 10 erreurs, cette expérience immersive aide à identifier les pratiques clés dans des domaines très divers : qualité de l'air, hygiène des mains, gestion des déchets « classiques » ou liés aux activités de soins, mobilité douce, écoprescription et sobriété dans le soin, etc. Elle aide les soignants à monter en compétences en montrant les opportunités d'actions à saisir. »

Repérer les possibilités d'actions

Sur la base de la règle des 5R (refuser, réduire, réutiliser, recycler et rendre) popularisée pour promouvoir la limitation des déchets, de nombreuses possibilités d'action sont suggérées, des gestes simples pour réduire l'empreinte environnementale des soins et améliorer durablement la qualité de vie des soignants et la prise en charge de leurs patients : refuser les échantillons et les « goodies », acheter du mobilier de seconde main, mutualiser certains équipements, réduire l'utilisation des matériels à usage unique, choisir les bons produits d'entretien ou de désinfection, etc.

« Proposer un parking à vélos, par exemple, permet de réduire l'impact carbone et d'inciter le personnel et les patients à pratiquer une activité physique » indique le Dr Baras. Qu'il s'agisse de repenser l'organisation du cabinet pour créer un environnement plus agréable, plus fonctionnel et plus serein pour les soignants



Les soignants sont invités à dénicher 10 mauvaises pratiques environnementales dans ce cabinet médical virtuel. REPRO DR

comme pour leurs patients ou de mieux trier les déchets, « le jeu est conçu pour faciliter le changement de pratiques, quel que soit le mode d'exercice, dans une démarche d'amélioration continue et systémique. »

Les bénéfices, font remarquer les deux interlocutrices, concernent aussi la santé économique des cabinets. « Réutiliser le matériel par exemple, c'est moins coûteux et cela permet de s'organiser face à des risques nouveaux comme les tensions en approvisionnement. Cela permet d'être plus zen, mieux organisé. »

Lancé le 25 octobre dernier, ce serious game est accessible gratuitement en ligne. Il a reçu un accueil « enthousiaste ». Logique, estime le Dr Tuffery : « Cette démarche nous aide à nous réapproprier notre mission première : prendre soin. »

1. Le dispositif Med'aide prévient l'épuisement professionnel chez les soignants par des actions de sensibilisation aux difficultés de l'entreprise médicale libérale sur le terrain et la formation de « guetteurs-veilleurs » : medaide.urps-ml-paca.org/

Un lien entre écoresponsabilité et santé

« **LES MESURES** écoresponsables visant la préservation du vivant dans son ensemble bénéficient à la santé de tous les êtres humains. En prenant soin de notre environnement, nous prenons soin de nous » rappelle le Dr Baras. « Dans le cadre des actions de sensibilisations aux risques professionnels conduites avec le dispositif Med'aide, nous avons négligé le risque environnemental, poursuit le Dr Tuffery. Or, de nombreuses études démontrent que les pollu-

tions - de l'air, numériques, sonores, lumineuses, chimiques, climatiques - ont des répercussions très importantes en santé mentale, avec troubles du sommeil, une aggravation d'anxiété, des troubles neurocognitifs, des dépressions, des burn-out. Les soignants ont un métier difficile : si en plus, leur environnement impacte leur santé mentale, on court à la catastrophe ! »

Pour aller plus loin

- **LE GUIDE** du cabinet de santé écoresponsable, rédigé par le Dr Alice Baras et publié aux Presses de l'EHESP (les droits sont reversés à l'association Santé environnement France).

- Des articles, des préconisations, des liens vers différents guides (le guide des perturbateurs endocriniens) sont disponibles à la fin du jeu.

- Le CRES-Paca propose, avec le soutien de l'ARS, des formations pour les structures d'exercice coordonné, pour les aider à construire leur feuille de route et à porter des projets en écoresponsabilité.

