



La protection du climat, la santé et le secteur médical sont étroitement liés (2e partie)

René Jaccard

Risques et effets secondaires de la médecine

Plus un secteur économique est grand, plus ses dommages pour le climat et pour la biodiversité sont importants. Le secteur santé / médecine ne fait pas exception : à l'échelle mondiale, son empreinte carbone est d'environ 5 % ; en Suisse, où il n'existe pas de relevés systématiques globaux, l'Académie des sciences médicales (ASSM) estime qu'elle est de 6-7 %. Elle se situe ainsi dans la fourchette de l'industrie du ciment ou du tourisme (trafic aérien inclus).

Mais ce qui est particulier à la médecine/santé, c'est qu'elle est tenue de respecter des garde-fous éthiques, dont un particulièrement important : la priorité est de ne pas causer de dommages ("primum nil nocere"). Mais comme notre santé et celle de tous les êtres vivants sont déjà affectées par la crise climatique et environnementale, il faut absolument éviter toute détérioration supplémentaire. Notre système de santé, accessible à tous, fournit certes les prestations médicales requises avec une certaine efficacité. Mais s'il ne contrôle pas sa propre dégradation environnementale, des conséquences négatives pour l'ensemble de la planète vivante sont prévisibles. Sans la neutralité climatique du système de santé (prévue par exemple en Grande-Bretagne pour 2030), la Suisse ne peut pas devenir climatiquement neutre ! La transformation nécessaire du secteur, qui est soumis à de nombreuses réglementations, mais aucune qui tienne compte du climat et de l'environnement, doit se faire par la voie politique.

En tant que membres de la classe d'âge supérieure, nous consommons tous des prestations médicales. Malheureusement, nous ne pouvons exercer qu'une influence très limitée sur notre empreinte médicale : une utilisation modérée et cohérente des médicaments ; en Suisse, plus de 1000 tonnes de médicaments finissent chaque année à la poubelle (cela ne sert à rien et coûte cher !) ; le choix de nos établissements de soins : ceux-ci témoignent-ils d'une conscience climatique et environnementale ? puis-je y accéder par les transports en commun ? et pour les hôpitaux : combien de viande et de produits laitiers y a-t-il dans le menu principal ?

Sauver le monde en mangeant

Cela nous amène directement au thème de l'alimentation, et donc à la dernière des trois situations gagnantes pour la santé et le climat (pour les deux premières, voir la [première partie](#)). Comme nous mangeons ce que produit l'agriculture, les questions climatiques et environnementales concernent cette dernière ainsi que les industries en amont et en aval. L'ensemble du complexe est à l'origine d'un tiers des émissions mondiales de gaz à effet de serre (CO₂ + méthane), auxquelles s'ajoutent d'autres nuisances environnementales telles que la surfertilisation, la diminution de la couche d'humus et l'apport d'engrais/de poison dans les sols et les eaux.

La manière dont nous nous nourrissons a en même temps une grande influence sur notre santé. Les maladies cardio-vasculaires, métaboliques, articulaires et cancéreuses ainsi que la malnutrition et la faim peuvent être réduites de manière décisive par des mesures alimentaires simples, [Fiche B](#). Les recettes pour la protection du climat et de la santé se ressemblent de manière frappante *d'avantage d'aliments issus de sources végétales et nettement moins de sources animales*. L'utilisation directe des aliments végétaux par l'homme permet de supprimer la "voie supplémentaire" passant par les animaux d'élevage, ce qui engendrait une économie de 8 milliards de tonnes de CO₂ par an au niveau mondial et libérerait les ¼ des terres actuellement utilisées pour l'agriculture (les besoins en terres pour la viande et les produits laitiers correspondent à la surface totale de l'Amérique du Nord et du Sud réunies....).



www.gpclimat.ch

Grands-parents pour le climat / Klima-Grosseltern CH



De ce qui précède découlent des objectifs concrets, pour lesquels je me limiterai ici à la consommation de viande, très discutée (données basées sur le Planetary Health Diet ; [données complètes](#) sur tous les aliments : En réduisant la consommation moyenne de viande des Suisses d'environ 1 kg par semaine à 1/3 (c'est-à-dire à environ 300 g), on obtiendrait à la fois des bénéfices considérables pour notre santé et des émissions de gaz à effet de serre compatibles avec la neutralité climatique. Même si les réglementations politiques sont indispensables, nous avons le pouvoir de déterminer notre propre menu. Partons donc à la recherche de délicieuses recettes végétariennes ! Cuisinons et mangeons végétarien, à l'extérieur et à la maison, avec ou sans invités. Et parlons avec notre famille et nos connaissances de nos expériences culinaires, généralement réjouissantes.