

POUR UNE PRATIQUE PROFESSIONNELLE ÉCORESPONSABLE



GUIDE PRATIQUE PLURIDISCIPLINAIRE

Avec le soutien de



SOMMAIRE

• Introduction et enjeux	4
• Prérequis : Évaluer, s'organiser	5
• Achats responsables : • Acheter moins & consommer mieux	6
• Gestion des risques chimiques : • Préserver la santé des soignants, usagers et des écosystèmes	7
• Gestion des déchets : • Réduire les déchets et mieux les trier	9
• Sobriété énergétique : • Améliorer la performance du bâti et la qualité de l'air	10
• Transports et mobilité durable : • Réduire l'empreinte carbone et les pollutions à l'extérieur du cabinet	11
• Sobriété numérique : • Réduire l'empreinte carbone à l'intérieur du cabinet	12
• Écoprescription : • Prescrire et dispenser moins, mieux, autrement	13
• Engagement patient : • Informer pour mieux accompagner les patients !	14
• L'exercice coordonné : • Des opportunités spécifiques	15



BIOLOGISTES



CHIRURGIENS-DENTISTES



INFIRMIERS



**MASSEURS-
KINÉSITHÉRAPEUTES**



MÉDECINS



ORTHOPHONISTES



ORTHOPTISTES



PÉDICURES-PODOLOGUES



PHARMACIENS



SAGES-FEMMES

INTRODUCTION ET ENJEUX



La démarche écoresponsable pour soigner et prendre soin dans une approche globale/systemique de la santé

Comment, dans le contexte écologique et sanitaire actuel, les professionnels de santé peuvent-ils prendre soin des écosystèmes et comment intégrer ces considérations au cœur de leurs pratiques ?

Il est possible de mettre en œuvre des actions concrètes pour limiter les impacts environnementaux au cœur de notre exercice. Le praticien adopte alors une approche globale du patient et s'inscrit dans une démarche de santé durable.

L'objectif de ce guide pratique interprofessionnel est de proposer un outil synthétique, pragmatique, axé sur les bonnes pratiques et le partage d'expériences afin de développer une démarche de soins à moindre impact environnemental.

Ce guide vous permettra d'identifier ces actions et vous accompagnera dans leur mise en œuvre. **Alors, au sein de votre pratique, quelles mesures avez-vous déjà intégrées ? Lesquelles allez-vous mettre en œuvre ?**



Édito

Le réchauffement climatique est une réalité, avec des effets sur la biodiversité, l'économie, la vie des populations, mais aussi sur la santé humaine. L'heure n'est plus au constat mais à l'action et le système de santé dans son ensemble est aussi concerné. Il devra réduire de 5% par an ses émissions de gaz à effet de serre jusqu'en 2050 avec pour enjeux la sobriété énergétique, écologique et la transformation de l'ensemble des pratiques. C'est à cette fin que le schéma régional de santé 2023-2028 a fixé parmi ses objectifs prioritaires la sensibilisation et la formation des professionnels de santé à l'écoconception des soins.

Ce guide à destination des professionnels de santé de ville, qu'ils exercent en cabinet libéral ou en MSP, s'inscrit pleinement dans cet objectif et sera une source d'information et d'inspiration précieuse pour engager les actions indispensables à la préservation de notre planète.

Je tiens à remercier ici la maison des URPS qui fédère 30 000 professionnels de santé libéraux du Grand Est et la FEMAGE qui représente et accompagne les 250 MSP de la région pour cette belle réalisation collective qui permettra de relayer utilement la déclinaison des priorités régionales de santé.

**M. Wilfrid Strauss,
Directeur des soins de proximité ARS Grand Est**

PRÉREQUIS : S'ORGANISER

Les politiques de changement doivent être incarnées et suivies au long cours pour rendre visibles et significatifs les fruits des actions engagées, ce qui est gratifiant. Aussi, nous vous proposons une forme de cahier d'actions simples.

L'argument parfois opposé est le manque de légitimité quant à la thématique en matière de transition écologique et de promotion de la santé environnementale. Tout d'abord, ce savoir s'acquiert en se formant. Par ailleurs, vous le constaterez vous-même, il est fort probable que vous appliquiez d'ores et déjà ces préceptes de bon sens. Vous ne les nommez pas, tout simplement, de la même manière !

Une proposition en mode coopération : « si vous exercez avec des collaborateurs, privilégiez une organisation collective fondée sur un plan d'action partagé, des rôles définis ensemble, la création de référents et une répartition selon les compétences propres à chaque membre de l'équipe ».



Vous exercez seul(e) ?

Alors ce mini-guide est conçu pour vous, il sera votre **feuille de route**.

Cabinet de groupe ?

Impliquez l'équipe sans approche hiérarchique, le développement durable est vecteur de liens.

- Concevoir une charte relative aux bonnes pratiques environnementales pourra être l'occasion de **formaliser l'engagement de chacun** (ce qui est évident pour l'un ne l'est pas forcément pour autrui).
- Promouvoir la démarche comme une démarche de santé.
- **Vous former, vous informer** seront vos meilleurs atouts.



Les étapes essentielles pour une pratique professionnelle écoresponsable réussie

1



Déterminer les besoins au sein de l'équipe pour un engagement collectif dans la démarche.

2



Définir des objectifs et établir un calendrier d'action.

3



Faire un bilan à mi-parcours ou annuel.

4



Afficher clairement la démarche (charte de bonnes pratiques) et communiquer avec les parties prenantes.

5



Promouvoir l'amélioration continue, encourager les efforts, valoriser les résultats et se fixer de nouveaux objectifs.

ACHATS RESPONSABLES

Acheter moins & consommer mieux



• La démarche 5 R : Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Repenser

Adopter la démarche 5 R* grâce à laquelle tout est fait pour éviter les achats superflus, les gaspillages, et ainsi éviter de générer des déchets.

REFUSER	RÉDUIRE	RÉUTILISER	RECYCLER	REPENSER
Ex. : Échantillons, cadeaux publicitaires	Gestion des stocks	Achat d'occasion	Ex. : papier, cartouches d'encre	Veille sur la surqualité

• Évaluer tout d'abord le besoin et l'utilité du produit dont l'achat est envisagé

« Le meilleur achat est celui qu'on ne fait pas »
Tout doit être mis en œuvre pour limiter la consommation des matières premières et la pollution des milieux. Au sein du cabinet, il s'agit donc de réaliser un arbitrage des biens et services utiles vs futiles ou encore intégrer une gestion de stocks pour limiter les achats ou le gaspillage des ressources (faire attention au délai de péremption).

• Optimiser la durée de vie du bien acheté

De nombreuses pannes courantes sur les appareils sont liées à un simple manque d'entretien, ou un défaut d'utilisation. **Une maintenance préventive permet de prolonger la durée de vie de vos produits.**

Les bons gestes : lire les notices d'utilisation, faire les « petites » réparations, protéger les appareils, ne pas laisser une batterie se décharger entièrement, détartrer ses appareils...

* Source de cette démarche : Dr Alice Baras, « Guide du cabinet de santé écoresponsable. Prendre soin du vivant pour la santé de chacun », Rennes, Presses de l'EHESP, 2024

• Limiter l'usage unique

Pour mieux arbitrer entre équipements réutilisables et usage unique, **Ecovamed propose un comparateur d'empreinte carbone entre un dispositif médical à usage unique et un dispositif réutilisable**, en évaluant les impacts à chaque étape du cycle de vie du produit.

 **Ecovamed**

<https://calculateur.ecovamed.com/>

• Acheter auprès de fournisseurs locaux et engagés dans une démarche responsable

Acheter des produits de fabrication française, et acheter local autant que faire se peut. Outre le bilan carbone réduit, le fournisseur de proximité est plus enclin à dépanner en cas de souci sur le matériel. Choisir des sociétés proposant l'écoconception ou l'écolabellisation, ayant une politique de maintenance, de mise à disposition des pièces de réparation et des consommables garantis, une politique de réduction des emballages, optimisation du recyclage en fin de vie...

Les ressources utiles :



[Le point sur les labels environnementaux par catégorie de produits avec l'ADEME.](#)



« L'utilisation de matériaux recyclables et de composants naturels et renouvelables tels que **les résines à base de fibre de bois pour les semelles** me semble être plus que nécessaire pour un avenir plus sain. L'idéal est d'avoir des informations sur l'empreinte écologique complète du produit.

Ceci résulte davantage d'une prise de position écologique et humaniste que d'une vision financière. Des alternatives existent depuis plusieurs années, qui sans être les moins chères restent tout à fait abordables et avec des performances et des qualités comparables à des produits moins respectueux de l'environnement. »

Cédric Hayoun, pédicure-podologue

GESTION DES RISQUES CHIMIQUES

Préserver la santé des soignants, usagers et des écosystèmes



• Supprimer la désinfection superflue pour limiter le recours aux biocides

Le prérequis d'un produit désinfectant est qu'il réponde aux normes bactéricides, fongicides, virucides exigées en milieu médical selon le niveau de risque infectieux à gérer.

Définir les zones du cabinet et les équipements et dispositifs médicaux à risque élevé, moyen ou faible pour mettre en place des procédures d'entretien et de désinfection adaptées.

Au même titre que les antibiotiques, l'usage des anti-septiques et des désinfectants doit être maîtrisé afin de limiter leur contribution à l'effondrement de la biodiversité et au développement de l'antibiorésistance.

• Gérer les risques chimiques

La gestion des risques chimiques incombe à l'employeur, qui doit disposer d'une fiche de données de sécurité (FDS) pour chaque produit chimique dangereux utilisé.

Avant l'utilisation d'un produit, consulter les étiquettes de danger apposées sur l'emballage (cf produits d'entretien et de désinfection) et consulter la FDS avant l'usage. Porter les équipements de protection individuelle (EPI) recommandés lors de l'utilisation du produit.

Le règlement CLP permet d'identifier les dangers que peuvent présenter les produits chimiques. Trois grandes catégories de danger sont définies par la nature de celui-ci et chaque catégorie comprend plusieurs classes de danger :

- Dangers physiques
- Dangers sanitaires
- Dangers environnementaux

Le risque d'exposition aux perturbateurs endocriniens qui sont présents dans les équipements et produits médicaux, ne sont pas signalés par un pictogramme sur les emballages.

• Opter pour de produits avec écolabels ou labels environnementaux de confiance

Un écolabel certifie qu'un produit ou service a un impact environnemental réduit. L'attribution d'un écolabel, par un organisme indépendant, repose sur le respect d'un cahier des charges strict ou sur une Analyse du Cycle de Vie (ACV).

Les 9 pictogrammes de danger CLP

Danger pour la santé humaine :



Explosif



Inflammable



Comburant



Gaz sous pression



Corrosif/irritant



Toxique



Risques mutagènes, respiratoires, cancérigènes, ou risque pour la reproduction

Danger pour l'environnement :



Danger pour la couche d'ozone. Peut également signifier un danger pour la santé : sensibilisation cutanée, lésions oculaires, toxicité aiguë.



Danger pour le milieu aquatique



Logos des 4 écolabels ou labels de type 1 certifiés par un organisme externe. D'autres labels environnementaux sont reconnus comme fiables (voir encart ADEME page précédente).

• S'informer de la présence ou non de substances dites SVHC à hauteur de 0.1 % avec l'application Scan4chem

Cette application permet de scanner le code-barres d'objets afin de savoir si ce produit contient des SVHC (substances of very high concern ou substances extrêmement préoccupantes). Ces substances présentent des risques graves pour la santé humaine et/ou les écosystèmes pour diverses raisons (perturbateurs endocriniens, substances cancérigènes, reprotoxiques, etc.). Si l'information n'est pas disponible, il est alors possible d'envoyer une demande au fabricant ou au distributeur qui dispose de 45 jours pour renseigner sur la présence de SVHC dont la concentration dépasse 0,1% de la masse du produit.

N.B. : attention, ce n'est pas parce que le produit ne contient pas de substances SVHC qu'il ne présente aucun risque. Il est recommandé d'appliquer le principe de précaution pour les composés controversés.
« Le moins, le mieux ».

Pour télécharger l'application Scan4chem :



• Adopter les bonnes pratiques d'entretien ou les vérifier avec son prestataire

- Limiter le nombre de références de produits.
- Pour les sols, hors zone critique ou présence de fluides biologiques, nettoyer les sols par action mécanique : lavette microfibre monocomposante réutilisable + eau.
- Limiter l'usage de lingettes et privilégier les textiles réutilisables, en veillant à assurer un entretien adapté.
- Recourir au nettoyage à la vapeur.

• Avoir l'œil sur les conformités réglementaires

- Les cosmétiques tels que les savons, crèmes et huiles de massage sont soumis au Règlement Cosmétique européen. Cette réglementation stricte évolue sans cesse, mais ne garantit pas l'absence de composés sujets à controverse.
- Les dispositifs médicaux parmi lesquels on retrouve les masques, gants, fauteuil d'examen doivent être porteurs du marquage CE (Communauté européenne).

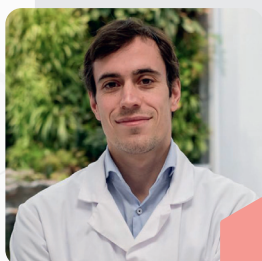
CE Ce marquage réglementaire indique que le fabricant engage sa responsabilité sur la conformité aux exigences essentielles du produit, fixées par la législation de l'Union européenne applicables à ce produit.

Les bonnes pratiques :

- Privilégier des produits **sans mention ou pictogramme de danger**.
- Privilégier les produits **porteurs d'un label environnemental de type 1 ou autodéclaré affichant ses engagements**.
- S'informer pour **utiliser le bon produit, en respectant les consignes d'utilisation**, respecter les normes de désinfection médicales lorsqu'elles sont requises, respecter le temps de pose indiqué pour la désinfection. Pulvériser le produit désinfectant sur l'essuie-tout à usage unique, et non directement sur la surface, afin de limiter l'aérosolisation.
- **Porter les équipements de protection individuelle** recommandés lors de l'utilisation du produit.
- **Supprimer les parfums et désodorisants**.

Pour aller plus loin :

[Comprendre le système d'étiquetage des produits chimiques sur le site de l'INRS](#)



« En biologie médicale, la gestion des risques chimiques est au cœur de notre expertise sécurité. Au-delà de la conformité réglementaire et de l'usage des fiches de données sécurité, notre défi actuel est de concilier haute technicité et écoresponsabilité. Cela passe par une évaluation rigoureuse de nos besoins en biocides, de l'impact carbone de nos fournisseurs et de la gestion de nos déchets chimiques, sans compromettre la sécurité des soins. Adopter des réflexes de sobriété écologique, notamment chimique, c'est protéger durablement la santé de notre environnement. »



Lionel Barrand, biologiste médical
(URPS Grand Est & Président du syndicat Les Biologistes Médicaux).

GESTION DES DÉCHETS

Le meilleur déchet est celui que l'on ne fait pas



Après avoir tout mis en oeuvre pour réduire le volume de déchets à la source, il s'agit de favoriser le recyclage des déchets que l'on n'a pas pu éviter.

• Les gestes simples... et efficaces !

- Acheter des poubelles de tri, et mettre en place la démarche régulièrement : dans le cabinet, en salle d'attente, espace collectif et cuisine.
- Apposer un stop pub sur la boîte aux lettres.

Recycler :

- Tous les papiers, sauf le papier cadeau et le papier hygiénique.
- Cartouche d'encre et équipements électriques : en points de collecte spécifiques.
- Masques à usage unique, brosses à dents, stylos via des filières spécifiques pour recycler ces objets...

• Les déchets et les filières spécialisées

Le praticien est responsable des déchets, de leur production à leur élimination.

DAS : Déchets d'Activité de Soins... dangereux ou pas ?

Les déchets d'activité de soins non dangereux (DASND) suivent les filières classiques des déchets ménagers et assimilés (DMA), ils ne nécessitent pas de prise en charge par un prestataire agréé.

Les déchets dangereux, dont les déchets d'activités de soins à risque infectieux (DASRI), suivent des filières spécifiques en utilisant des collecteurs normalisés. Les emballages de produits chimiques avec picto de danger ne sont pas des déchets ménagers classiques.

DASRI : Déchets d'Activité de Soins à risque infectieux

Le contrat de collecte des déchets d'activités de soins à risques infectieux est une obligation légale. Les prestataires agréés sont référencés sur les sites des ARS.

Le traitement des DASRI génère 3 fois plus d'émissions de GES que celui des déchets ménagers.

Réduire les DASRI, c'est réduire les coûts de collecte et les impacts environnementaux !



Ce qui est DASRI :

- Les objets piquants coupants tranchants (OPCT) qu'ils aient été ou non en contact avec un produit biologique.
- Les déchets anatomiques.
- Les déchets ayant été en contact avec du sang ou un liquide biologique.

Attention la seule présence de sang ou de liquide biologique n'est pas un critère de classement en DASRI.

Pour aller plus loin :

[Guide national de gestion des déchets de soins](#)



DIMED Déchets issus des médicaments : collecte et traitement assurés par l'éco-organisme Cyclamed via réseau de dépôt en pharmacie.

Les pharmaciens participent à limiter les rejets des DIMED en dispensant les justes quantités de médicaments et en s'assurant que les patients ne stockent pas inutilement des médicaments à leur domicile.

Déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE)



Les équipements hors d'usage fonctionnant sur secteur, avec piles ou batteries doivent être confiés à des éco-organismes, en déchèterie ou points de collecte spécifiques. Les DEEE médicaux, afin d'être correctement dépollués avant d'être recyclés, sont gérés par des éco-organismes spécialisés (Ecosystem – Ecologic).

Infos points de collecte sur le site www.ecosystem.eco.



« À mon cabinet, nous réduisons l'utilisation de papier sur nos tables d'examen. Ce papier est jetable et remplit considérablement nos poubelles. Dès que possible, nous lui substituons des paréos et des serviettes lavables.

Si l'examen de la patiente ne nécessite pas qu'elle enlève ses vêtements du bas, nous ne mettons pas de papier et nettoyons la table d'examen après son passage. Quand nous procédons à la pesée des bébés sur nos balances, nous utilisons des petites serviettes lavables à la place du papier.



Marie Bauer, Sage-Femme à Longeville-lès-Metz

SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

Améliorer la performance du bâti et la qualité de l'air



• Bien évaluer les postes de consommation

- Énergie nécessaire au fonctionnement du bâtiment et de ses équipements.
- Chauffage, air et eau.
- Éclairage.
- Activités numériques.

• Suivre les économies d'énergie

- Réaliser un tableau de bord des consommations (électricité, de l'eau, volume de déchets, etc.). Il est adapté au contexte du cabinet et des objectifs fixés.

Exemple de tableau de bord téléchargeable :

<http://ecops-conseil.fr/wp-content/uploads/2021/10/Tableau-de-bord-de-suivides-consommations-d'énergie-et-deau.pdf>

• Économies d'énergie

- Entretien et veiller à la maintenance du système de climatisation.
- Lumière : privilégier les apports en lumière naturelle. La LED est la technologie d'éclairage de choix.
- Évaluer la pertinence des détecteurs de mouvement qui génèrent une consommation électrique continue.
- Utiliser des interrupteurs à minuterie mécanique pour les salles de stockage ou sanitaires.
- Penser aux variateurs de lumière pour les pièces où un éclairage important n'est pas requis en permanence (comme salle d'attente ou salle de repos).

Consulter le site guidetopten.fr pour découvrir une sélection de produits plus respectueux de l'environnement

- Opter pour l'électricité verte ou biogaz.



Se référer au label **Vertvolt de l'ADEME** pour trouver une offre liée à des énergies renouvelables françaises et éviter le greenwashing
<https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/mieux-consommer/mieux-choisir/vertvolt>

• Eau

- Limiter la consommation : chasse d'eau double flux, robinets à déclenchement automatique, écomousseur / aérateur.
- Récupérer les eaux de pluie ou recycler les eaux usées.

• Confort d'été et d'hiver

- Penser au thermostat d'ambiance pour moduler la température selon l'usage des pièces (+ importante dans salles de soins que dans lieux de stockage).
- Ne pas oublier de régler en mode hors gel pendant les longues périodes d'absence.
- Penser aux filtres solaires sur les vitres exposées au sud.
- Programmer une température de déclenchement de 24°C pour la climatisation.

• La qualité de l'air intérieur

- Ventilation : recommandation d'aération au moins 10 à 15 min matin et soir, pour tout milieu de vie. À adapter aux situations sanitaires.
- Réduire les sources d'émission de polluants (désodorisants, parfums d'intérieur).

Selon l'expertise de l'Agence nationale de sécurité sanitaire et de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES – 2017), les appareils destinés à purifier ou à traiter l'air ont encore une efficacité et une innocuité à démontrer.



« De bonnes pratiques sont en place depuis plusieurs années pour économiser l'énergie... et nos charges ! Je peux notamment citer les minuteurs sur nos appareils électriques dont nos lampes à infra rouges, les multiprises avec boutons d'extinction avant de partir le soir, un thermostat avec programmeur journalier pour le chauffage, différencier les degrés dans les salles de soins de la salle d'attente ou dans le bureau où nous sommes très peu de temps. »

Corinne Friche, masseur-kinésithérapeute à Malzéville

TRANSPORTS ET MOBILITÉ DURABLE

Réduction de l'empreinte carbone et des pollutions à l'extérieur du cabinet



Comment favoriser les moyens de transport à moindre impact environnemental ?

Le poste des transports est le 1^{er} émetteur des gaz à effet de serre (GES) du secteur des soins primaires (hors émissions liées aux produits de santé)*. Toutes les alternatives aux véhicules thermiques utilisés en solo doivent être envisagées : covoiturage, transport en commun, mobilités douces à pied ou en vélo. Commencer par évaluer les flux de transport des personnes (professionnels, patients et livreurs). *source The shift project

• Transports en commun

- Demander si nécessaire à la commune d'installer un arrêt de bus à proximité.
- Informer les patients et professionnels des offres de transports en commun permettant de se rendre au cabinet.

• Covoiturage

Le covoiturage permet de limiter les émissions de GES et de diviser les frais de carburant entre les passagers. Dans certaines villes, des voies réservées au covoiturage permettent de fluidifier la circulation et de privilégier les transports à moindre impact.

• Mobilité douce : à pied ou à vélo

Demander si nécessaire à la commune d'installer une zone de stationnement pour les vélos à proximité du cabinet.

Le forfait mobilités durables est une aide facultative accordée par les employeurs pour des déplacements plus écologiques (vélo, covoiturage, véhicule partagé) de leurs salariés.

L'abonnement aux transports publics des salariés :

Le remboursement partiel des abonnements de transport est obligatoire pour les transports en commun et pour les vélos en libre-service utilisés sur les trajets domicile-travail. Cette prise en charge (seuil légal obligatoire de 50%) est exonérée de cotisations et de contributions sociales.

La prise en charge des frais de transport en commun est cumulable avec le forfait mobilités durables (FMD).

Pour en savoir plus : urssaf.fr

• Sensibiliser la patientèle

Préconiser des déplacements à pied ou en mobilité douce aux patients selon leurs capacités, c'est bon pour la planète et c'est bon pour leur santé !

• Les bons réflexes du professionnel

- Regrouper des RDV sur une tournée permet aussi d'optimiser le planning.
- Se rendre dans la zone de visite en voiture, se garer et visiter ses patients en étoile est déjà une pratique plus vertueuse !
- Proposer la téléconsultation, si le motif la justifie, participe à limiter les déplacements.
- Limiter les distances parcourues lors de formations et de conférences : développer l'e-learning et les colloques de proximité, accessibles en transports en commun ou à impact moindre.

Pour aller plus loin :

Comment bouger autrement ?

<https://librairie.ademe.fr/mobilite-et-transport/8487-comment-bouger-autrement--9791029725050.html>



« Depuis début 2025 j'ai opté pour des déplacements professionnels plus responsables, grâce à l'acquisition d'un vélo électrique et d'un sac à dos adapté à la pratique professionnelle sur le modèle de ceux utilisés par le SAMU. C'est un mode de déplacement écologique, qui ne génère pas de pollution nuisible à la qualité de l'air et qui permet aussi d'être en mouvement, même si c'est relatif puisqu'aidé par l'assistance électrique. Cette pratique est transférable à tous les professionnels qui parcourent de faibles distances, en zones urbaines/péri urbaines. »

Julien Boehringer, infirmier à Strasbourg

SOBRIÉTÉ NUMÉRIQUE

Réduction de l'empreinte carbone à l'intérieur du cabinet



L'impact du numérique représente 4,4% de l'empreinte carbone en France et 11% de la consommation électrique française et va croissant.

(source : <https://ecoresponsable.numerique.gouv.fr/actualites/actualisation-ademe-impact/>)

• Choisir ses équipements en toute sobriété

Les garder le plus longtemps possible est le geste le plus efficace pour diminuer leur impact, car l'énergie et les ressources nécessaires pour leur fabrication pèsent énormément sur leur cycle de vie.

Considérer la balance bénéfico-risque pour toute décision visant le déploiement de nouvelles technologies dont le recours à l'intelligence artificielle.

Pour allonger la phase d'utilisation des équipements le plus longtemps possible :

- en prendre soin
- les réparer
- assurer une maintenance optimale
- choisir des équipements reconditionnés.

Un usage précautionneux de ses équipements passe par l'entretien de ses appareils et permet d'éviter les pannes.

• Les bonnes pratiques

- Réduire la luminosité des écrans.
- Limiter les écrans supplémentaires.
- Éteindre le poste en absence ou utiliser le mode veille.
- Débrancher systématiquement les équipements non utilisés.




Pour aller plus loin :

<https://epargnonsnosressources.gouv.fr/>

<https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/labels-environnementaux>

Guide Topten : www.guidetopten.fr

- Choisir les équipements porteurs de labels environnementaux :

LABEL	APPAREILS CONCERNÉS	SIGNIFICATION
	Ordinateurs, écrans, tablettes et téléphones portables.	Plus durables, économes en énergie, réparables, recyclables et respectueux de critères sociaux (exigences sur la santé et sécurité au travail). Absence ou limitation de certaines substances dangereuses pour la santé (phtalate, métaux lourds).
		
	Ordinateurs, écrans, tablettes.	

• Les bons réflexes au quotidien

- Supprimer régulièrement les applications et documents inutiles.
- Alléger la boîte mail, effacer et se désabonner des mails inutiles.
- Vider régulièrement la corbeille.
- Privilégier le wifi dès que possible.
- Limiter le streaming.
- Limiter le stockage de données sur les clouds.
- Limiter les connexions 4G et 5G.
- Paramétrer un moteur de recherche écoresponsable (ecosia ou lilo).
- Sélectionner les sites souvent visités en favoris.

Pour les patients :

Informez sur les risques liés aux écrans (risque de santé publique) en salle d'attente.



« Pour réduire au maximum les impressions papier, les comptes rendus sont envoyés par messagerie sécurisée ou versés directement dans le DMP du patient. J'ai également revu mes habitudes de rédaction et de stockage : je limite les doublons de fichiers, je supprime régulièrement les documents obsolètes. J'ai également simplifié les échanges numériques : moins de mails inutiles, des messages plus ciblés, et une attention portée au poids des pièces jointes envoyées par mail. Côté équipement, j'essaie de prolonger la durée de vie de mon matériel informatique. Je privilégie la réparation ou le reconditionné et je n'achète du nouveau matériel que lorsqu'il est réellement nécessaire. »

Hélène, orthophoniste à Lunéville

ÉCOPRESCRIPTION

Prescrire et dispenser moins, mieux, autrement

La démarche d'écoprescription est ancrée dans une approche globale de la santé : juste prescription, juste dispensation, alternatives médicamenteuses à moindre impact, prescriptions non médicamenteuses, adhésion du patient et éducation pour la santé.



• Moins et mieux prescrire

Les produits de santé, médicaments et dispositifs médicaux contribuent de manière significative à l'empreinte carbone et écotoxicologique des services de santé. Pour maîtriser ces impacts et prendre soin des écosystèmes et de la santé dans une approche globale, les pistes d'action sont nombreuses.

- **Soutenir la juste prescription**, déprescrire en s'appuyant sur des outils disponibles comme le Bilan partagé de médication, le programme de l'OMEDIT Grand Est : <https://www.omedit-grand-est.ars.sante.fr/outils-generaux-daide-la-deprescription>.
- **Prescrire avec un moindre impact environnemental** en tenant compte de l'indice écotoxicologique des médicaments (indice PBT) et des principes de prescription à moindre impact carbone (<https://www.omedit-normandie.fr/media-files/44068/ecoprescription.pdf>).

• Éviter que les médicaments ne pénètrent dans milieux (sols, air, eaux)

Les médicaments dispensés en médecine humaine et vétérinaire peuvent y pénétrer pendant la phase de fabrication, d'utilisation et d'élimination par l'excrétion ou le rejet des médicaments non utilisés dans les eaux usées (Académie nationale de pharmacie, *Médicaments et environnement*, 2019).

Certains médicaments et principes actifs génèrent des risques significatifs pour les milieux naturels et notamment les antibiotiques. Leur usage doit être maîtrisé.

- **Écoconcevoir un soin** consiste aussi à limiter l'emploi de matériel à usage unique en choisissant des sets ou kits mieux pensés, avec moins de consommables

• Prescriptions non médicamenteuses : un levier majeur de prévention et de promotion de la santé

Tout professionnel de santé, prescripteur ou non, peut soutenir l'accompagnement des patients vers des habitudes de vie favorables à leur santé, sans injonction, en proposant des changements adaptés à leur contexte personnel et social. Par exemple :

- **Alimentation saine** : cuisiner est plus économique, meilleur pour ma santé plutôt que d'acheter des produits transformés, trop salés, trop sucrés. C'est la garantie de savoir exactement ce que l'on mange.
- **Marcher c'est la santé !** Marcher est un bon antidote gratuit au stress. Les déplacements doux du quotidien permettent de lutter contre la sédentarité,
- **Passer du temps dans la nature** : sortir prendre l'air, en forêt, au parc : cela développe l'imaginaire, favorise la bonne fatigue pour une sérénité au coucher, l'alternative aux écrans qui retardent l'endormissement.
- **Participer à la vie communautaire**, donner son sang, faire du bénévolat, devenir mentor, participer à un jardin communautaire, ramasser les déchets dans son quartier... s'impliquer pour améliorer la vie des gens qui nous entourent est aussi une façon de prendre soin de soi !

Apposer une notification sur l'ordonnance pour inciter le patient à ramener les médicaments non utilisés en pharmacie.



Pour aller plus loin :

Sur la prescription écoresponsable : <https://www.cmg.fr/prescription-ecoresponsable/>



« Si les prescripteurs n'infléchissent pas le recours aux antibiotiques, selon l'OMS, l'antibiorésistance sera la première cause de mortalité à l'horizon 2050. Cela nécessite une vraie réflexion avant chaque prescription sur la pertinence de celle-ci. »

Dr Pascal MEYVAERT médecin généraliste à Gerstheim (67)
Responsable de la Commission de Santé Environnementale à l'URPS ML Grand Est

ENGAGEMENT PATIENT

Informier pour mieux accompagner les patients !



• Accompagner le patient vers des habitudes et environnements de vie favorables

Les professionnels de santé, peuvent s'appuyer sur leur clinique quotidienne et devenir, au cas par cas, vecteurs de bonnes pratiques environnementales auprès de leurs patients et de la la population générale.

Lors de la consultation, le professionnel se retrouve en prise directe avec les modes de vie, et les évolutions sociétales. Il est à l'avant-poste pour observer, détecter les facteurs environnementaux positifs et négatifs et leurs effets, de ce que l'on définit aujourd'hui par **le concept d'exposome**.

Ce dernier correspond à l'ensemble des expositions environnementales auxquelles les individus sont exposés tout au long de leur vie, qu'elles soient positives ou non, via l'alimentation, l'air respiré, l'exposition aux rayonnements électromagnétiques, au bruit, ou encore aux facteurs liés au mode de vie, dont l'activité physique par exemple.

« Comme votre génome, il influence votre santé, et pas qu'un peu ! » >> *source INSERM

Parce que le professionnel de santé est un interlocuteur privilégié, il peut contribuer à accompagner le changement vers des exposomes favorables à la santé, agir pour prévenir l'apparition ou l'aggravation de certaines maladies chroniques induites (obésité, diabète, cancers...).

L'approche en cobénéfices est un bon levier pour accompagner les patients vers des habitudes de vie plus favorables à leur santé. Puisque tout est lié, le plus souvent, les actions plus favorables à la préservation des écosystèmes profitent aussi et rapidement à la santé de l'individu qui les mène. Un bel exemple avec les mobilités actives : **Bon pour ma santé, bon pour la planète et mon porte-monnaie !**



• Informer dès la salle d'attente

L'affichage en salle d'attente permet de partager des conseils et sensibiliser aux gestes de prévention et promotion de la santé.

Des informations dédiées aux jeunes et futurs parents - Les 1000 jours

Information produits de santé « recyclage des médicaments » - Cyclamed - + « Les antibiotiques c'est vraiment pas automatique ! »

Affiche « Les 10 astuces anti-sédentarité » et les conseils « manger-bouger » - Santé publique France - Programme PNNS, WECF, étude nutrinet.

Charte du cabinet & Affichage réglementaire, honoraires, horaires, règlement du cabinet, etc.



Source : Figure 76. La salle d'attente pédagogique in Dr Alice Baras, « Guide du cabinet de santé écoresponsable ». Rennes, Presses de l'EHESP, 2^e édition, 2024, p. 297.

• L'empowerment patient

Ayez le réflexe France Assos Santé !



Le site de France Assos Santé, qui regroupe plus d'une centaine d'associations nationales d'usagers de la santé, est une plateforme regroupant leurs actions de prévention et de promotion de la santé.

Cette plateforme permet aux usagers de repérer des actions par pathologies, associations, thématiques, zone géographique...

<https://www.france-assos-sante.org/>



« 30000 professionnels de santé en Grand Est, environ 1500 pharmacies, mais près de 5 millions d'armoires à pharmacie, présentant potentiellement des risques d'accidents domestiques mais aussi environnementaux. Toute prescription, toute dispensation, tout acte est l'occasion de sensibiliser à la gestion de l'armoire à pharmacie et essayer de valoriser les filières d'élimination connues des officinaux (Cyclamed, Dastri, Recypen...). Pour l'anecdote, il est toujours intéressant de proposer, aussi bien aux soignants qu'aux patients le jeu des 10 erreurs autour de l'armoire à pharmacie. »

Dr Christophe Wilcke, pharmacien à Spincourt (55),
Président de l'URPS Pharmaciens Grand Est

L'EXERCICE COORDONNÉ

Des opportunités spécifiques



L'ensemble des thématiques précédemment explorées et des mesures proposées peut s'inscrire pleinement dans la démarche écoresponsable d'une structure d'exercice coordonné - **maison de santé pluriprofessionnelle (MSP), communauté professionnelle territorial de santé (CPTS), ou équipe de soins primaires (ESP)**. Au-delà de la mutualisation des moyens, l'organisation en équipe pluriprofessionnelle constitue un levier spécifique pour articuler qualité des soins, santé publique et santé environnementale, tout en améliorant la qualité de vie au travail des soignants. Elle permet d'agir de manière cohérente et collective sur la santé des populations, des territoires et des écosystèmes.

• Bâti et économies d'énergie

Mutualiser les locaux, optimiser leur temps d'occupation, réduire le nombre de m² occupés par praticien ; mutualiser les véhicules, répartir les visites à domicile, covoiturer plus largement, coordonner les prises de rdv pour limiter les déplacements des patients ; penser collectivement à aménager les extérieurs pour préserver et promouvoir la biodiversité (végétalisation, nichoirs, etc.).

• Déchets

Regrouper la collecte et le traitement des DASRI au sein d'un même contrat pour maîtriser les km parcourus par le prestataire... et réduire les coûts pour la structure,

• Achats

Mutualiser les équipements dans les espaces communs, les dispositifs médicaux utilisés de manière plus ponctuelle ; créer un « Bon coin » de la MSP ou de la CPTS ; rentabiliser l'achat d'un stérilisateur pour favoriser le passage de l'usage unique au réutilisable,

• Ecoprescription

Mettre en place plus facilement un protocole favorisant la juste dispensation = Ordonnance Ne pas Dispenser « NPD » (mis en mot ici par l'Assurance maladie Mémos soins écoresponsables pour Eviter le gaspillage des produits de santé)

La **FEMAGE** propose un accompagnement gradué en santé publique intégrant pleinement la santé environnementale afin de structurer et soutenir ces démarches intégrées promotrices de santé.

• Développement des actions territoriales de promotion de la santé

Informier et engager au-delà des structures de soins et des seuls patients constitue une mission centrale de l'exercice coordonné. Par nature, ces structures ont vocation à concevoir, mettre en œuvre et soutenir des actions de prévention et de promotion de la santé à l'échelle de leur territoire, à travers des projets concertés. En lien avec les acteurs sanitaires, médico-sociaux, sociaux, associatifs et institutionnels, cette démarche gagne à s'inscrire dans une approche globale, positive et écosystémique de la santé tenant compte de l'ensemble des déterminants de santé.

Les projets développés peuvent notamment viser, en partenariat avec les acteurs territoriaux et locaux, le développement de l'accès à une alimentation saine et durable – à travers la création de jardins partagés, le soutien à l'agriculture paysanne biologique, aux ordonnances vertes autour des 1 000 premiers jours par exemple – ainsi que l'accès à des environnements favorables à l'activité physique, à la mobilité active et aux balades en milieu naturel.



Pour aller plus loin :

Guide du cabinet de santé écoresponsable

Autrice Dr Alice BARAS. Presses de l'EHESP - septembre 2024



100% des droits d'auteur sont reversés à [l'Association Santé Environnement France](http://www.esef-asso.fr)



« La MSP de Tomblaine (54) a organisé un forum grand public intégré à un projet sur les **1 000 premiers jours**, visant à réduire les expositions aux perturbateurs endocriniens et aux polluants chimiques du quotidien. En accompagnant les familles vers des pratiques plus sûres (produits ménagers, cosmétiques, alimentation), cette action promeut en particulier la santé des femmes enceintes et des jeunes enfants. Elle contribue à préserver la santé des générations futures et des écosystèmes. »

Dr Violaine BRUNELLI MAUFFREY, médecin généraliste, MSP Tomblaine (54),
Vice-Présidente, Médecin référente du Pôle de Santé Publique et Santé Environnementale, FEMAGE



Cet ouvrage a été réalisé grâce à une concertation pluridisciplinaire des URPS du Grand Est et le concours de la FEMAGE.

Consultez le site internet de votre union professionnelle, vous y trouverez également des informations utiles pour une pratique écoresponsable.



**Rubrique santé & environnement
de la maison des URPS**



<https://www.femage.fr/>



<https://maison-urps-grandest.fr/>