



VITAM

CENTRE DE RECHERCHE
EN SANTÉ DURABLE

La santé durable : Démocratiser la santé pour un projet de société

Jean-Pierre Després CQ, PhD, FAHA
Directeur scientifique VITAM
CIUSSS Capitale-Nationale
Professeur, Département de kinésiologie
Faculté de médecine
Université Laval



UNIVERSITÉ
LAVAL



Chaire internationale sur
le risque cardiométabolique

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale

Québec 



CENTRE DE RECHERCHE
INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE CARDIOLOGIE
ET DE PNEUMOLOGIE
DE QUÉBEC

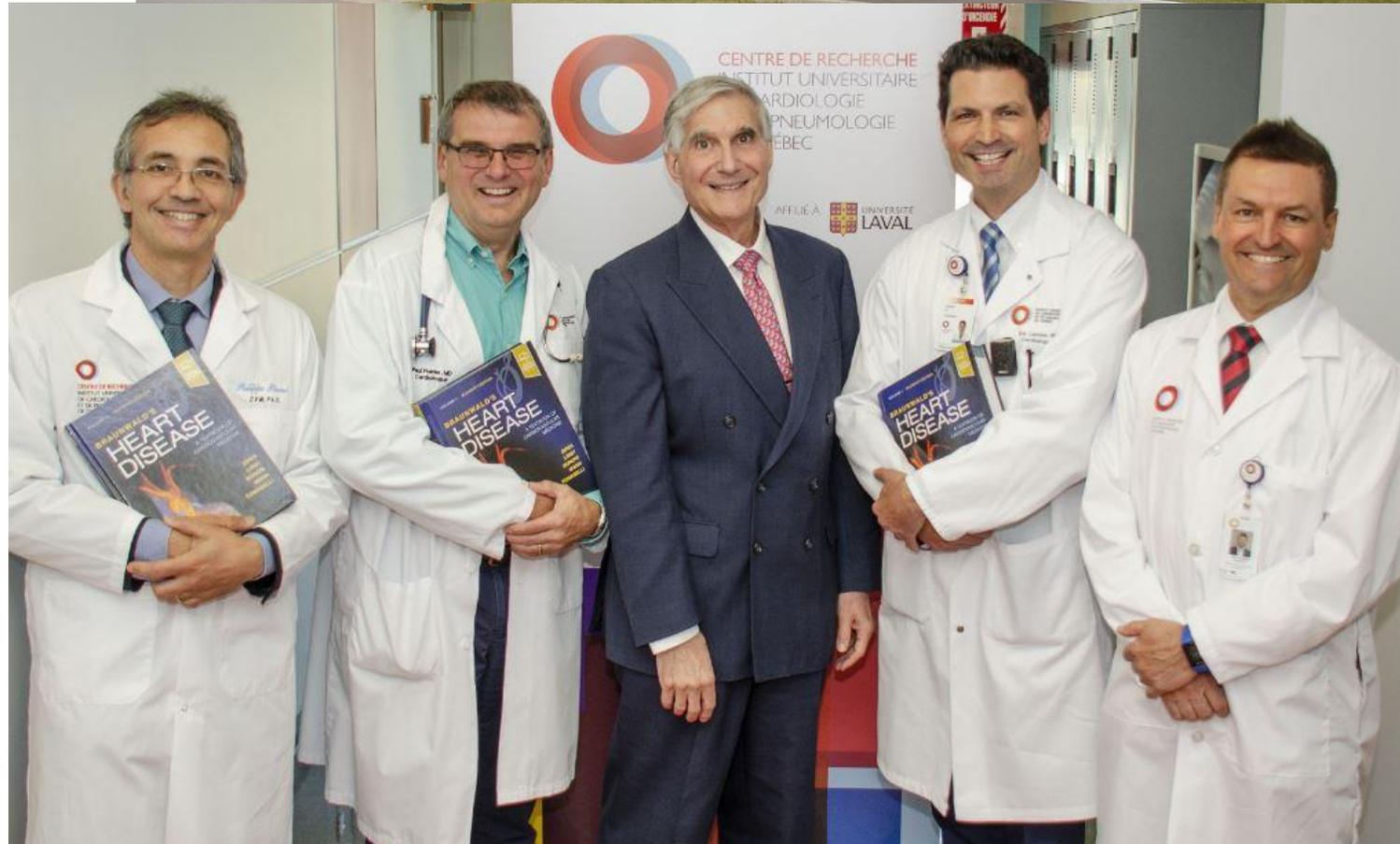


Qui suis-je?

Un vieux chercheur déçu!

Je proviens du milieu
universitaire médical
spécialisé...

...un constat après 37 ans
de carrière



Le fossé entre la science et la pratique médicale...



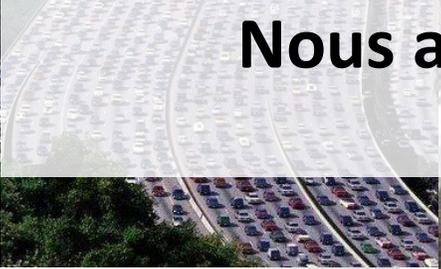
Ce qu'on **SAIT**



Ce qu'on **FAIT**



Nous avons construit une société incompatible avec la santé humaine!!!





Un mode de vie qui nous rend malades prématurément (diabète de type 2) et qui détruit la planète... la médecine ne va pas régler cela...



Décès mondiaux selon la cause et le sexe, 2008

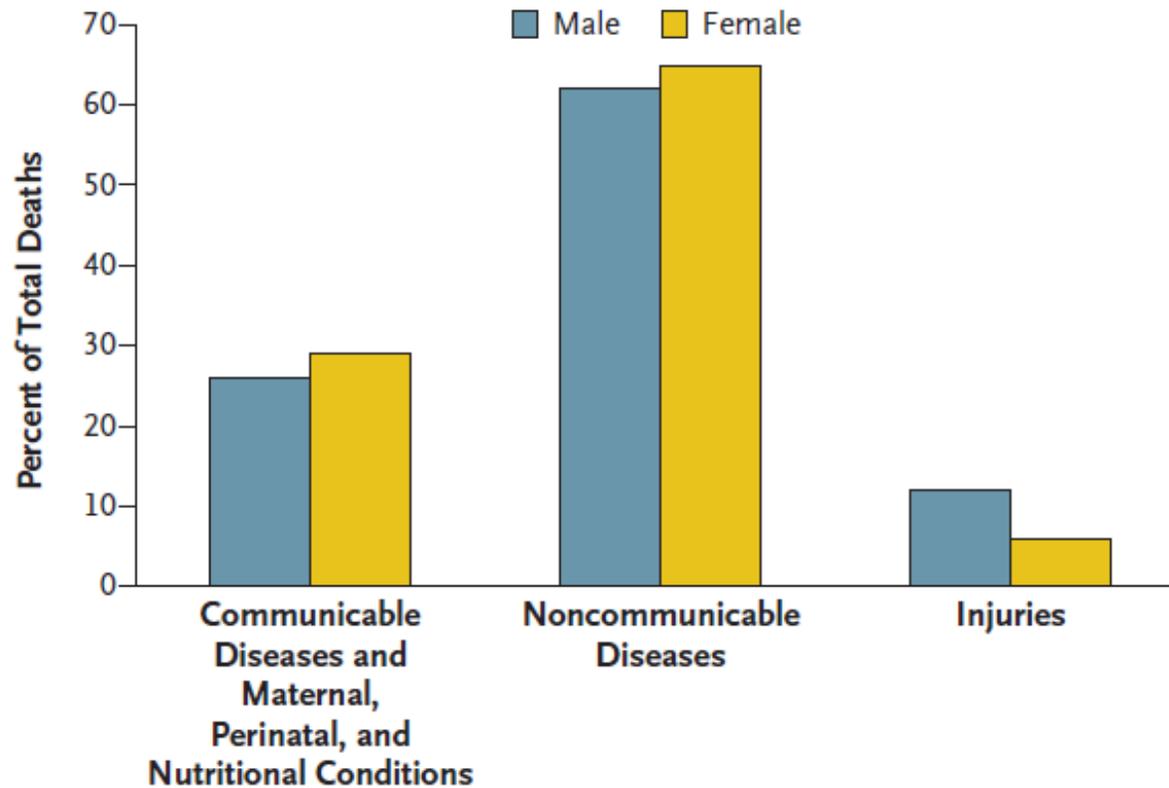


Figure 1. Global Deaths According to Cause and Sex, 2008.

Adapted from the World Health Organization (WHO).⁴

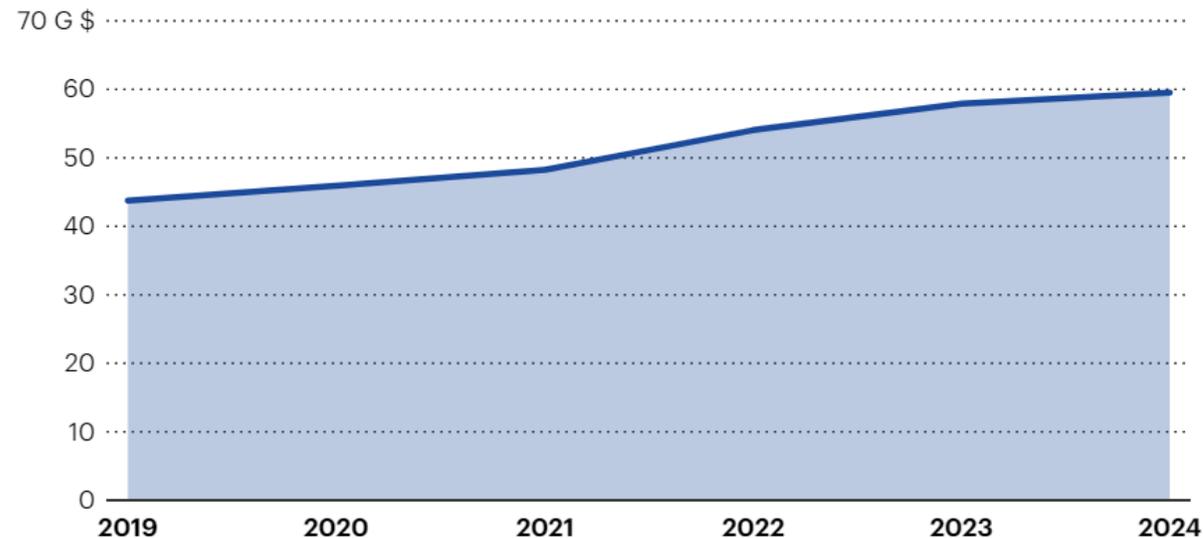
- **Maladies cardiovasculaires**
- **Cancers**
- **Maladies pulmonaires chroniques**
- **Diabète**

- **Associés à 4 comportements :**
 - **Tabagisme**
 - **Excès d'alcool**
 - **Mauvaise alimentation**
 - **Manque d'activité physique**

Une reconfiguration du système de santé basé sur la gestion de la maladie : un gouffre financier sans limite...

Une hausse de 7,7 % du budget en santé entre 2022 et 2023

Évolution du portefeuille du ministère de la Santé et des Services sociaux (excluant les mesures COVID)



Graphique : Le Devoir • Source : Budget 2023-2024 du Québec

Annonce budgétaire
12 mars 2024:
61,9 G !!!

Marie-Eve Cousineau
à Québec

21 mars 2023
Québec

PAS BESOIN D'ÊTRE UN ATHLÈTE POUR ÊTRE EN BONNE SANTÉ

Fléau des temps modernes, les maladies chroniques dites de société affectent un nombre croissant de personnes dans toutes les tranches de la population. Notre système de santé, qui tente tant bien que mal de juguler cette épidémie, agit plutôt comme un « système de gestion de la maladie » en n'intervenant qu'une fois les maladies déclarées.

Avec une approche fondée sur la prévention, qui favorise des actions concrètes à la portée de tous, Jean-Pierre Després ne propose rien de moins qu'une véritable révolution.

Le présent ouvrage ébranlera d'ailleurs nos certitudes. S'appuyant sur des recherches éprouvées, Jean-Pierre Després remet en question certaines croyances, notamment la validité de l'IMC (indice de masse corporelle) comme outil de diagnostic. Il a été le premier à démontrer, au moyen de l'imagerie médicale, que l'obésité viscérale est particulièrement nocive pour la santé, en plus d'établir de façon sûre la primauté de l'activité physique comme mode de prévention des maladies chroniques sociétales.



Jean-Pierre Després est professeur au Département de kinésiologie de l'Université Laval, directeur scientifique de VITAM – Centre de recherche en santé durable situé au CIUSSS de la Capitale-Nationale et cotitulaire de la Chaire de recherche en santé durable du Fonds de la recherche du Québec – Santé.

Avec près de 800 publications à son actif, il est l'un des scientifiques les plus cités au monde, toutes disciplines médicales confondues. Le professeur Després est un expert mondial de l'obésité viscérale et de son lien avec les maladies chroniques, ainsi que de la prévention de celles-ci par le mode de vie. Il a reçu plusieurs prix de sociétés scientifiques et médicales, et a été nommé Chevalier de l'Ordre national du Québec en 2015.



les éditions
du journal

les éditions
du journal

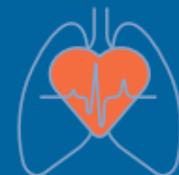
Pr Jean-Pierre DESPRÉS

Pr Jean-Pierre
DESPRÉS

LA RÉVOLUTION ACTIVE

LA RÉVOLUTION ACTIVE

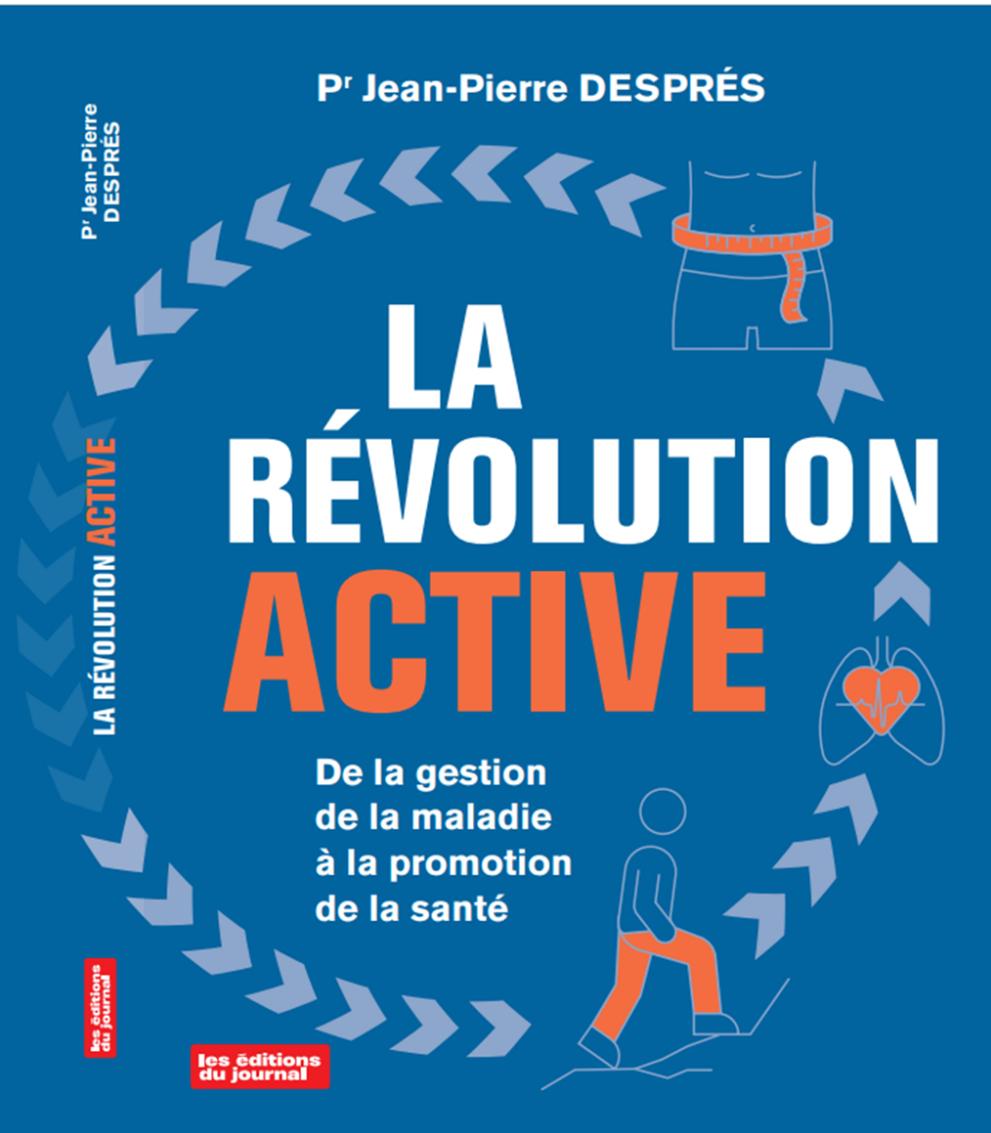
De la gestion
de la maladie
à la promotion
de la santé



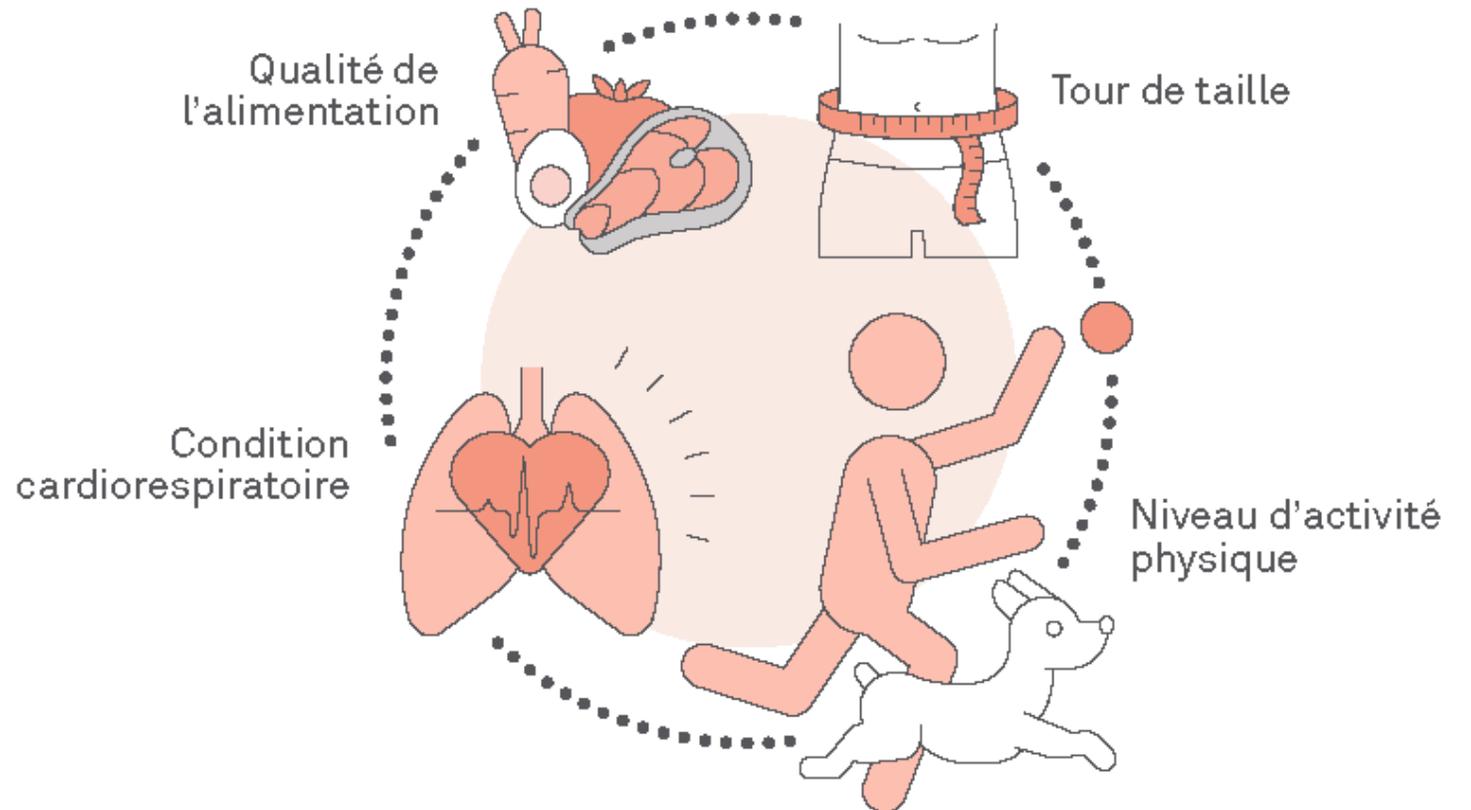
Afin de prévenir de façon optimale les maladies cardiovasculaires, il est aussi important de cibler les facteurs de risque comportementaux que les facteurs de risque biologiques (tension artérielle, cholestérol, diabète).

On ne le fait pas...

Des cibles importantes (et pourtant simples!) en clinique et en santé publique...on ne le fait pas!!!

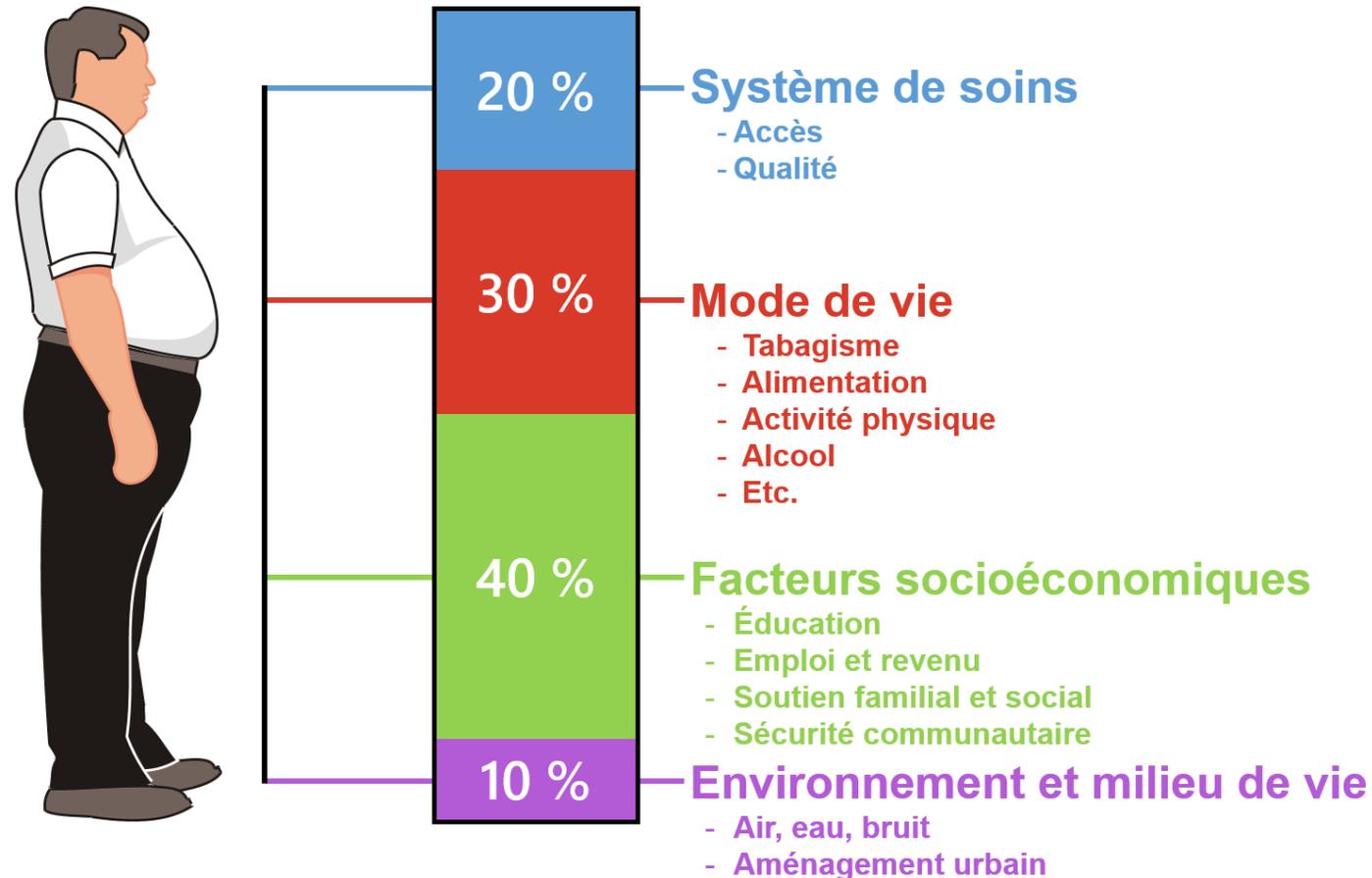


4 signes vitaux du mode de vie



Facteurs affectant la santé d'une personne

Hors du contrôle de notre système de soins!



**Aller au-delà de la gestion des
maladies afin de promouvoir
la santé :**

- **Un changement de paradigme**
- **L'affaire de nous tous!!!**



VITAM

CENTRE DE RECHERCHE
EN SANTÉ DURABLE

2019 : Une image – une démarche collective



- Ancien Hôpital Civique bâti en 1914 par la Ville de Québec
- Coût de la construction : 90 000 \$
Objectif de soigner les maladies contagieuses : Adultes comme enfants atteints de tuberculose, grippe espagnole, rougeole, etc. y sont traités
- Propriétaires du terrain, les sœurs de la Charité le cèdent et acceptent la gestion de l'Hôpital jusqu'en 1963
- Fusion avec l'Hôpital de l'Enfant-Jésus et devient le Centre Maizerets
- Propriété de la ville jusqu'en 1983 et géré par l'Hôpital de l'Enfant-Jésus : centre d'hébergement, CLSC d'Orléans, GMF-U Maizerets
- Et en 2021 : VITAM!!!

Un esprit sain dans
un corps sain



dans un milieu de vie et
un environnement sains



VITAM
CENTRE DE RECHERCHE
EN SANTÉ DURABLE

sur une planète
en santé



LA SANTÉ DURABLE

Équité, justice et
bienveillance

La **santé**, c'est
plus que la gestion
de la **maladie**!



Pour les
générations
actuelles et futures



**Un Centre de recherche
centré sur les
« conversations citoyennes »**



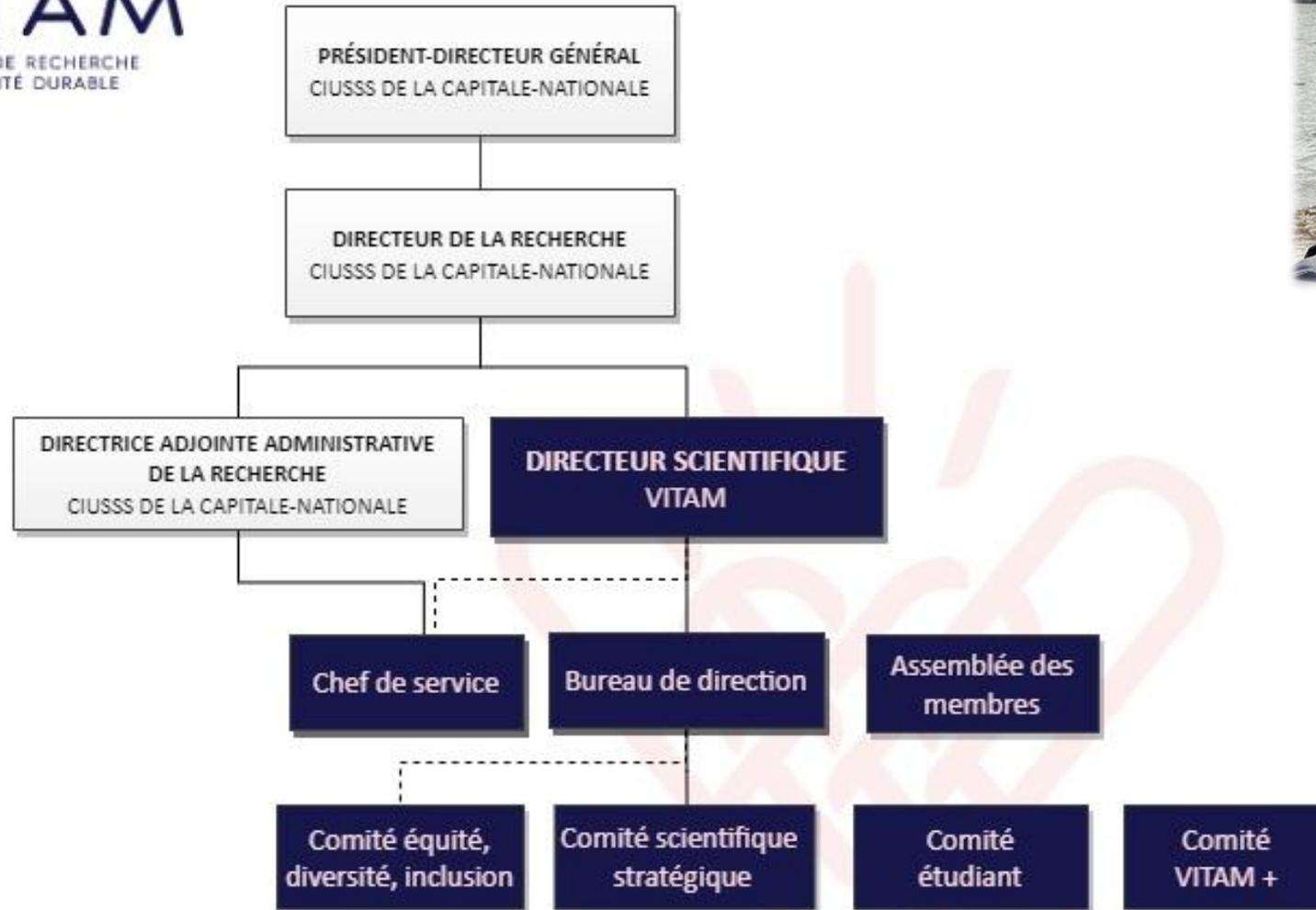
Luc Ricard
Citoyen partenaire



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale
Québec



Maryline Côté
Citoyenne
partenaire



Isabelle Côté
Citoyenne partenaire



Guy Poulin
Citoyen partenaire

Des partenariats forts



- Faire de la Ville l'épicentre d'une démarche nationale et internationale en santé durable
- Développer un écosystème apprenant



Le gouvernement du Québec s'approprie le concept de santé durable



Chaire de recherche en santé durable



Chaire de recherche
en santé durable

- Cotitulaires citoyens (une première!)
- Coordonner, stimuler et démocratiser la recherche intersectorielle en santé durable au Québec
- Tables citoyennes, classes de maître, publications
- Concours de subventions et de bourses





Une chaire unique!



C'est la 1^{re} chaire de recherche au Québec codirigée par 2 scientifiques et 1 citoyen et 1 citoyenne!



Nadine Arbour



Jean-Pierre Després



Catherine Laprise



Guy Poulin

Positionnement local et régional



Chaire de recherche
en santé durable

cisd



Centre intersectoriel
en santé durable

UQAC

VITAM en action dans Chaudière-Appalaches

VITAM a annoncé aujourd'hui l'obtention d'un appui financier de 170 000 \$ du ministère de l'Économie et de l'Innovation (MEI) et des Fonds de recherch...



CHAIRE DE RECHERCHE
ET D'INNOVATION EN
MÉDECINE D'URGENCE



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches

Québec 



AGISSONS



ENSEMBLE
POUR LA **SANTÉ DURABLE**

MONTMAGNY-L'ISLET



« Un esprit sain dans un corps sain, dans un milieu de vie et un environnement sain, sur une planète en santé. »

(Pulsar, 2020)

Recherche AVEC et POUR les citoyens

- Avec vous pour innover et soutenir les acteurs de la santé durable au profit de notre population
- Avec vous pour relever les défis en recherche
- Avec vous pour impliquer les citoyens et scientifiques dans toutes les dimensions du bien-être de la

Avec vous célèbrer



SS
e recherche
de
e-Appalaches



VITAM
Vieillesse, Intégration, Travail, Autonomie, Maladie
Recherche ATFC et
POUR les citoyens
Avec vous pour
célébrer la vie!

Le vieillissement est un processus complexe et multidimensionnel qui implique des changements physiologiques, psychologiques, sociaux et culturels. Ces changements peuvent affecter la santé, l'autonomie et la qualité de vie des personnes âgées. La recherche ATFC vise à mieux comprendre ces processus et à développer des interventions efficaces pour améliorer le bien-être des citoyens âgés.

RESPONSABILITÉ ET RÉTENTION DE LA MAIN-D'ŒUVRE

TRANSPORT ET MOBILITÉ

ACCÈS AUX SERVICES DE SANTÉ ET AUX SERVICES SOCIAUX

ÉDUCATION

DÉCLARATION D'ENGAGEMENT EN SANTÉ DURABLE DES TERRITOIRES DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET

QUI SOMMES-NOUS?

Nous sommes des acteurs et des actrices clés qui œuvrons sur les territoires des MRC de Montmagny et de L'Islet dans les milieux gouvernemental, municipal, des organismes communautaires, de la santé et des services sociaux, des affaires, de l'éducation et de la recherche.

De concert avec des citoyennes et des citoyens, nous croyons fermement qu'en agissant de manière proactive pour promouvoir la santé durable nous pouvons contribuer à préserver la santé et le bien-être des individus et des communautés, tout en protégeant l'environnement pour nos enfants et les générations futures.

NOTRE ASSISE

LA SANTÉ DURABLE

Un esprit sain dans un corps sain, dans un milieu de vie et un environnement sains, sur une planète en santé.

POURQUOI FAUT-IL AGIR COLLECTIVEMENT?

Nous sommes confrontés collectivement à des enjeux majeurs, dont ceux qui sont associés au vieillissement de la population, à la relève insuffisante pour combler les besoins en personnel des entreprises et des services publics, à la protection de l'environnement, aux coûts exorbitants de notre système de santé, à l'insuffisance d'outils en prévention pour aider la population à prendre sa santé en main, à l'accès limité à une alimentation saine et abordable, etc. Nous croyons qu'il est impératif de travailler ensemble pour trouver des solutions porteuses afin de développer une économie durable et équitable qui contribuera à préserver la santé de nos populations.

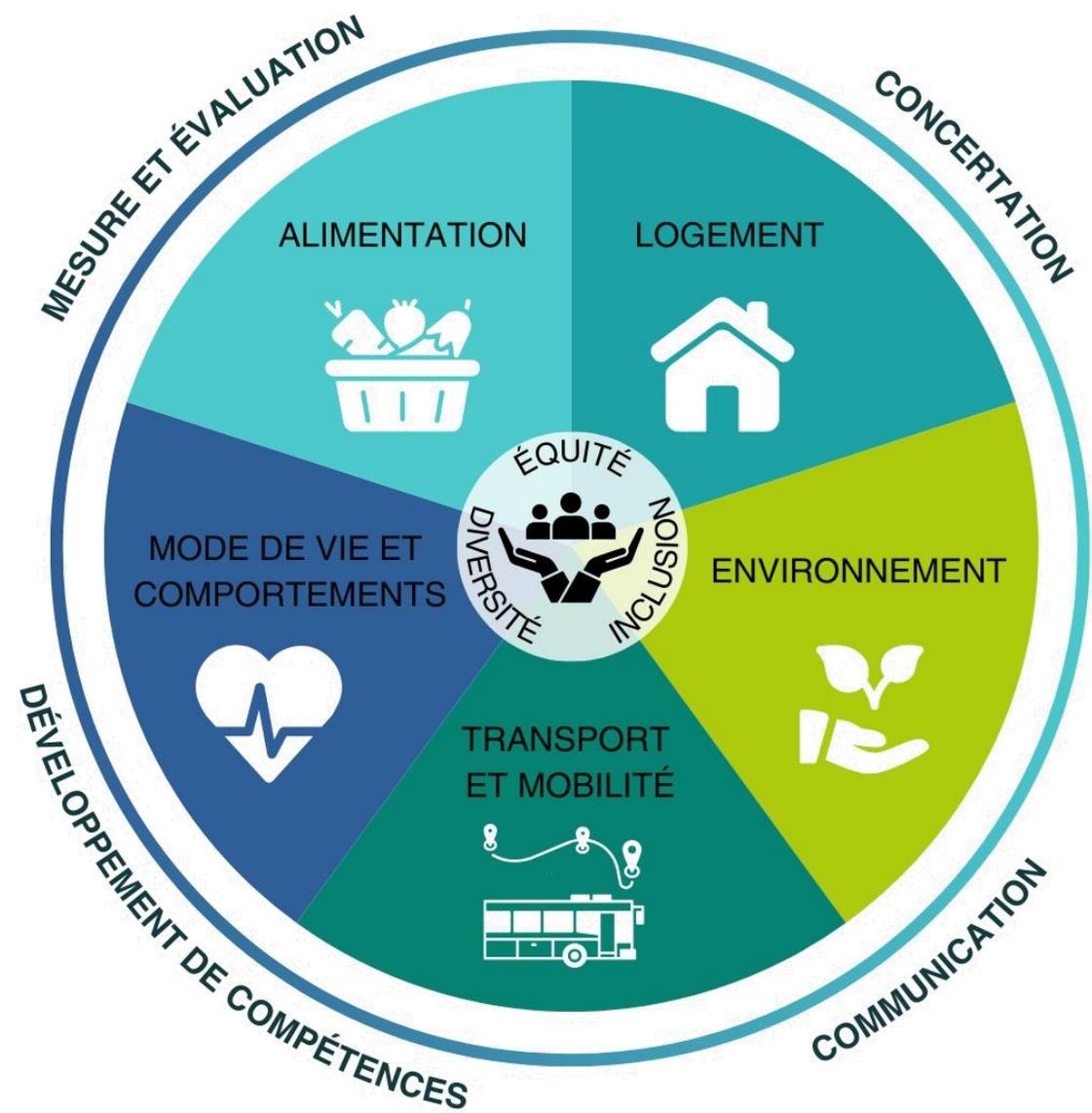
À cet effet, nous avons entamé une démarche de concertation en juin 2022 visant à résoudre des problématiques majeures en lien avec les enjeux prioritaires en matière de santé durable sur nos territoires. Pour ce faire, nous avons effectué une recension de certaines actions réalisées et en cours en lien avec certains enjeux liés à l'ensemble des facteurs qui influencent la santé des populations. Lors du premier Forum d'échanges en santé durable tenu en juin 2023, les personnes invitées ont discuté autour des principaux enjeux pour lesquels un dénouement serait souhaité. Parmi ceux-ci, notons : la qualité et la disponibilité d'infrastructures sportives et culturelles, l'accès aux services de santé, la présence de pistes cyclables, la mobilité pour accéder à l'ensemble des services, l'information sur les saines habitudes de vie et l'amélioration des communications.

À l'automne 2023, la gouvernance du projet a retenu les orientations prioritaires pour lesquelles des actions à court terme ont été identifiées et communiquées lors d'un deuxième Forum en santé durable de manière à permettre aux parties prenantes de différents secteurs d'activités de mettre leurs capacités d'agir en commun. En 2024, des comités de travail préciseront le plan d'action et en assureront la mise en œuvre. Nous confirmons notre engagement à sa réalisation.

NOTRE ENGAGEMENT

Dans le cadre du projet sur les territoires des MRC de Montmagny et de L'Islet *Agissons ensemble pour la santé durable*, nous nous engageons, à :

1. Tenir compte des principes d'équité, de diversité et d'inclusion pour pouvoir prendre en considération la diversité de perspectives qui reflètent les préoccupations et les besoins de notre communauté, dont ceux des populations en situation de vulnérabilité, marginalisées ou sous-représentées.
2. Collaborer pour assurer l'accès à une alimentation de qualité, saine et équilibrée à tous les membres de notre communauté et pour soutenir des initiatives visant à fournir des ressources alimentaires essentielles aux personnes dans le besoin.
3. Agir de manière proactive pour proposer des solutions abordables et accessibles pour que tous les membres de notre communauté puissent bénéficier d'un logement adéquat.
4. Œuvrer activement pour soutenir le développement des connaissances et pour faciliter l'accès aux ressources consacrées à la prévention et aux saines habitudes de vie, tout en favorisant la mise en place de ressources spécialisées nécessaires pour soutenir et promouvoir la santé et le bien-être global de notre communauté.
5. Faciliter l'accès à des activités sportives et de loisirs variées afin de permettre à chacun de profiter de leurs bienfaits pour la santé et le bien-être.
6. Sensibiliser notre communauté aux enjeux environnementaux en fournissant des informations pertinentes, et mettre en œuvre les mesures nécessaires pour protéger la santé de la population, la faune et nos milieux naturels contre les effets des changements climatiques et de la pollution, entre autres.
7. Favoriser une mobilité et des transports plus accessibles, pratiques et durables en améliorant l'offre de transport collectif et en créant davantage de pistes cyclables sécuritaires, notamment.
8. Œuvrer pour assurer l'accès à des services d'Internet et de télécommunications fiables dans tous les secteurs de notre communauté.
9. Soutenir le développement de solutions innovantes et durables pour garantir un accès équitable et de qualité aux services de santé et des services sociaux et pour répondre aux enjeux liés à la distance et à la disponibilité, y compris des soins et des services à domicile pour les personnes âgées, et des mesures adaptées en matière de santé mentale.
10. Mobiliser les ressources nécessaires pour renforcer la capacité des organismes de soutien communautaire à répondre aux besoins de notre communauté, en particulier à ceux des personnes en situation de vulnérabilité.
11. Favoriser l'attraction et la rétention de la main-d'œuvre en mettant en place des mesures appropriées visant notamment à améliorer l'accès à l'emploi et au revenu adéquat, en particulier pour les personnes qui font face à une défavorisation matérielle et sociale.
12. Poursuivre la concertation et la mise en commun de nos capacités d'agir pour assurer la réalisation des pistes d'actions novatrices et prometteuses identifiées afin de favoriser le développement socio-économique sur des assises solidement ancrées dans les notions de santé durable, au bénéfice de l'ensemble de notre communauté.



Pour un changement de paradigme

Démocratisation de la santé durable : une ressource essentielle au développement individuel et à la prospérité socioéconomique du Québec

- Changer de paradigme en santé
- Bâtir un nouveau modèle de société apprenante, inclusive, bienveillante et axée sur la santé durable
- Appuyer le mouvement de mobilisation historique par des moyens additionnels
- Faire avec plutôt que pour les citoyens



AHA POLICY STATEMENT

Toward Heart-Healthy and Sustainable Cities: A Policy Statement From the American Heart Association

Sanjay Rajagopalan, MD, Chair; Anu Ramaswami, PhD, Vice Chair; Aruni Bhatnagar, PhD; Robert D. Brook, PhD, FAHA; Mark Fenton, MS; Christopher Gardner, PhD, FAHA; Roni Neff, PhD; Armistead G. Russell, PhD; Karen C. Seto, PhD; Laurie P. Whitsel, PhD, FAHA; on behalf of the American Heart Association Council on Hypertension; Council on Lifestyle and Cardiometabolic Health; Council on Peripheral Vascular Disease; Council on Lifelong Congenital Heart Disease and Heart Health in the Young; Council on Cardiovascular Surgery and Anesthesia; and the American Heart Association Advocacy Coordinating Committee

ABSTRACT: Nearly 56% of the global population lives in cities, with this number expected to increase to 6.6 billion or >70% of the world's population by 2050. Given that cardiometabolic diseases are the leading causes of morbidity and mortality in people living in urban areas, transforming cities and urban provisioning systems (or urban systems) toward health, equity, and economic productivity can enable the dual attainment of climate and health goals. Seven urban provisioning systems that provide food, energy, mobility-connectivity, housing, green infrastructure, water management, and waste management lie at the core of human health, well-being, and sustainability. These provisioning systems transcend city boundaries (eg, demand for food, water, or energy is met by transboundary supply); thus, transforming the entire system is a larger construct than local urban environments. Poorly designed urban provisioning systems are starkly evident worldwide, resulting in unprecedented exposures to adverse cardiometabolic risk factors, including limited physical activity, lack of access to heart-healthy diets, and reduced access to greenery and beneficial social interactions. Transforming urban systems with a cardiometabolic health-first approach could be accomplished through integrated spatial planning, along with addressing current gaps in key urban provisioning systems. Such an approach will help mitigate undesirable environmental exposures and improve cardiovascular and metabolic health while improving planetary health. The purposes of this American Heart Association policy statement are to present a conceptual framework, summarize the evidence base, and outline policy principles for transforming key urban provisioning systems to heart-health and sustainability outcomes.

Key Words: AHA Scientific Statements ■ cardiometabolic risk factors ■ cardiovascular diseases ■ cities ■ environmental exposure
■ health equity ■ policy ■ pollution ■ urban population

Transforming urban provisioning systems for heart health and sustainability

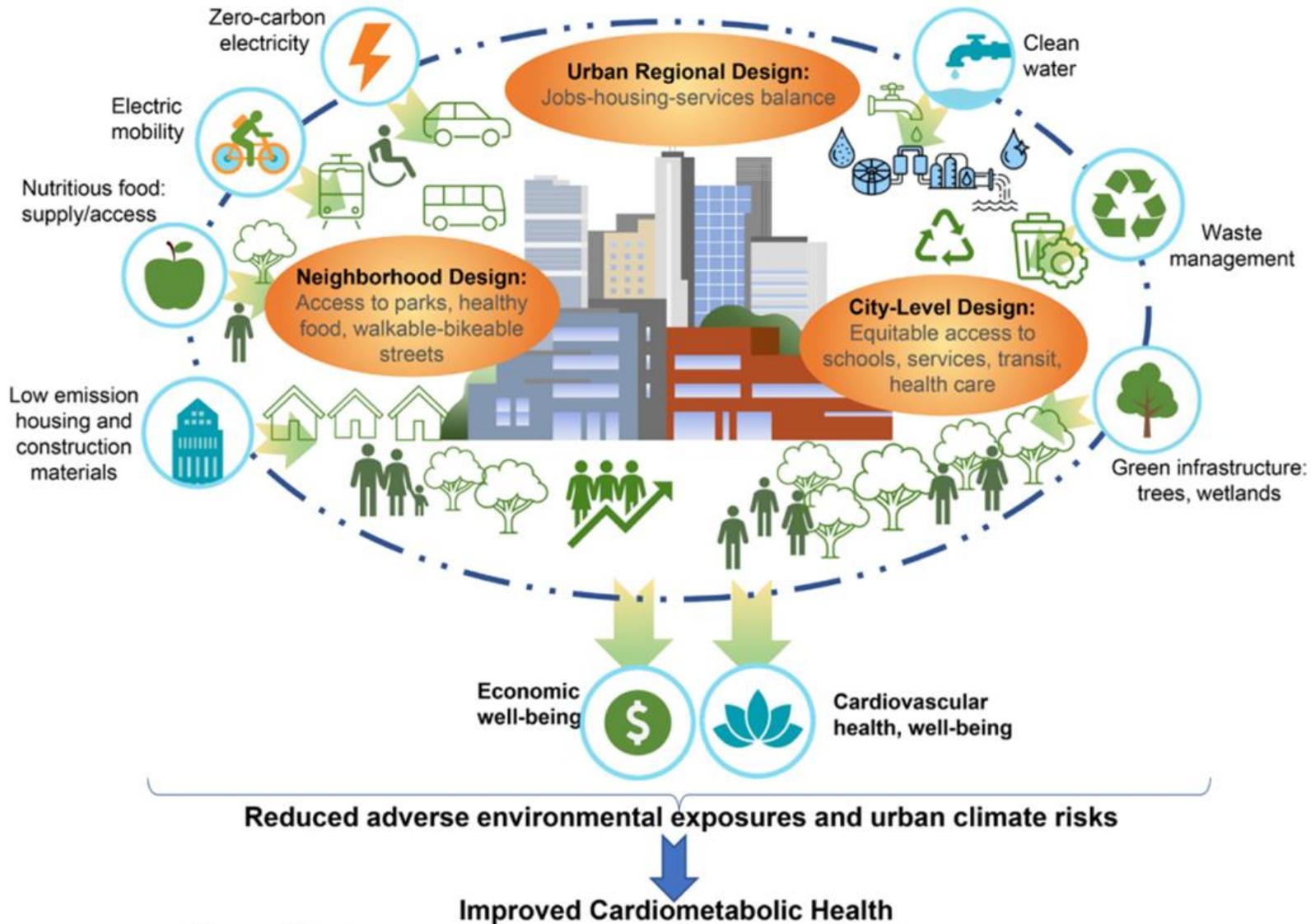


Figure 3. Changes in key urban provisioning systems with potential to affect cardiometabolic outcomes in urban environments.