Chronique

Préserver la santé en préservant la planète



Cindy Da Costa Tavares, 31 ans, infirmière, est membre du comité de l'ASI Neuchâtel/Jura

Soigner, c'est protéger la vie. Mais comment concilier cet engagement avec la préservation de l'environnement, alors que le secteur de la santé génère une empreinte écologique considérable? Usage massif de matériel jetable, gestion des déchets médicaux, consommation énergétique élevée, pollution des eaux par les médicaments… Pourtant, des initiatives émergent en Suisse pour rendre les soins plus durables. Ce lien est intrinsèque: notre bien-être dépend directement de la planète qui nous entoure. Une meilleure connexion avec la nature, passer du temps à l'extérieur, manger des produits de saison et locaux ont des effets positifs sur notre santé. Préserver l'environnement, c'est également préserver notre propre santé.

Des établissements de soins en Suisse adoptent des stratégies durables: tri sélectif des déchets, optimisation énergétique et prescriptions médicales raisonnées pour limiter l'impact environnemental. Les soins infirmiers ont un rôle clé à jouer dans cette transition, en optimisant l'utilisation du matériel, en sensibilisant les patients à des choix de vie plus responsables et en intégrant des pratiques écoresponsables dans leur quotidien. En allant plus loin, ils peuvent encourager les patients à adopter des habitudes salutogènes, comme privilégier des produits locaux ou des sorties en nature.

Mais l'enjeu est plus large: le changement climatique affecte directement la santé. Hausse des maladies respiratoires, vagues de chaleur touchant les plus vulnérables, propagation de nouvelles infections… Le 12 mai, Journée internationale des infirmières, nous rappelle que protéger la planète, c'est aussi protéger la santé. Agir pour des soins plus écologiques, c'est investir dans l'avenir: pour que soigner ne rime plus avec polluer, mais avec préserver.

Tu te retrouves dans mes propos et souhaites en discuter? Ecris-moi à tavarescindy@hotmail.com

Expérience internationale

Stage en immersion à l'Île Maurice



Coralie Perré (à droite), en compagnie de sa binôme Maëlle Délétroz.

Coralie Perré, étudiante à la Haute Ecole de Santé de Sion, partage l'**expérience de stage de six semaines** vécue à l'île Maurice, au sein de la Clinique Bon Pasteur à Beau-Bassin. Elle a découvert une institution médicale riche en histoire ainsi qu'un environnement de travail profondément humaniste.

Fondée par des sœurs en 1932, la petite clinique en pierre Bon Pasteur a traversé les décennies en s'adaptant aux besoins changeants de la population locale. Passée sous contrôle du gouvernement, elle est aujourd'hui dirigée par un médecin dévoué qui continue de développer ses services et infrastructures. J'ai été accueillie dans un établissement qui, malgré sa taille modeste, offre une gamme variée de services: maternité avec salle d'accouchement, trois blocs opératoires, service d'urgence et de radiologie, ainsi que quatre «wards» où les patients sont répartis selon leur budget ou statut assurantiel. La plupart des Mauriciens vivant dans une grande précarité, les assurances santé ne sont pas obligatoires, ce qui les amène souvent à consulter tardivement.

Contexte culturel et quotidien

Ce stage m'a permis d'être en contact direct avec une population multiculturelle. Certaines situations ont suscité des réflexions profondes sur les dynamiques interculturelles et la per-

ception de l'origine: témoin de comportements ou de commentaires subtils mais choquants, dictés par mon origine, j'ai alors médité sur la discrimination potentielle et l'influence de la culture sur les interactions professionnelles. Logée chez l'habitant avec ma binôme, j'ai pu m'immerger dans le quotidien mauricien. Nous avons appris à cuisiner les plats typiques, à faire notre lessive avec des moyens rudimentaires et à adapter notre mode de vie à celui des locaux.

Cette expérience m'a fait prendre conscience de la facilité d'accès à un minimum de confort en Suisse, même avec un revenu moyen, en comparaison avec les défis quotidiens auxquels font face les Mauriciens. Le contraste entre les riches et les pauvres est frappant sur l'île, accentué par une économie dépendante du tourisme. En dehors de la clinique, j'ai découvert la beauté et la diversité de l'île. Entre ses plages paradisiaques, ses montagnes verdoyantes et ses villages pittoresques, chaque endroit offre une nouvelle perspective sur la vie locale. Les marchés étaient un véritable festin pour les sens, remplis de fruits tropicaux, d'épices parfumées et d'artisanat coloré. La chaleur et la gentillesse des habitants m'ont profondément touchée. Cette immersion dans la culture locale m'a permis de mieux comprendre les traditions et coutumes mauriciennes, enrichissant ainsi mon expérience humaine et professionnelle. J'ai également eu l'opportunité de participer à des festivals locaux, de visiter des sites historiques et de découvrir la cuisine mauricienne, mélange exquis de saveurs indiennes, africaines, chinoises et européennes. Ces moments de découverte et de partage ont été des compléments précieux à mon apprentissage médical, offrant un équilibre entre le travail et l'exploration culturelle.

Défis météorologiques

Pendant mon séjour, l'île a été touchée par deux cyclones successifs de catégorie 3, entraînant la mise en état d'alerte de l'île et un confinement strict pour assurer la sécurité des habitants. Les conditions météorologiques extrêmes ont également perturbé les services médicaux. Confinées chez notre hôte, ma binôme et moi avons ressenti l'angoisse et l'incertitude des habitants face à ces catastrophes naturelles. La solidarité et l'entraide entre les Mauriciens étaient toutefois palpables, ce qui a renforcé mon admiration pour leur résilience. Cette expérience a également révélé l'importance de la préparation et de la gestion des urgences dans un contexte local, ajoutant une autre dimension à mon apprentissage infirmier.

Enrichissement professionnel

Ce stage à la Clinique Bon Pasteur a eu un impact significatif sur ma vie professionnelle actuelle et future. Travailler dans un environnement aux ressources limitées m'a permis d'affiner mes compétences cliniques, m'apprenant à improviser et à être plus réactive face à des situations d'urgence. L'exposition à des conditions de travail difficiles a développé ma résilience, une qualité essentielle pour faire face aux défis imprévus dans le milieu médical. Cette immersion m'a offert une perspective globale sur les inégalités en matière de santé et les défis auxquels sont confrontées les communautés en précarité, renforçant mon engagement envers une pratique infirmière empathique et inclusive. De plus, j'ai appris à être plus adaptable et créative dans la recherche de solutions. Nous avons apporté du matériel médical précieux à la clinique, ainsi qu'à certains dispensaires et associations pour enfants. Ce soutien logistique a été rendu possible par la générosité de nos donateurs, à qui nous adressons nos sincères remerciements. Leur contribution significative a permis d'améliorer les conditions de soins et d'apporter une aide concrète aux populations dans le besoin. Cette action a renforcé notre sentiment d'accomplissement et notre engagement envers la solidarité internationale. Comme élève infirmière, j'ai non seulement développé mes compétences médicales mais aussi acquis une compréhension plus profonde des dynamiques interculturelles et des réalités de vie dans un contexte de précarité. Cette immersion restera une étape marquante dans ma formation, renforçant mon engagement envers une pratique infirmière inclusive et empathique.

L'auteure
Coralie Perré Etudiante en troisième année de soins infirmiers à la Haute Ecole de Santé du Valais, Sion
Contact: coralie.oneyser@students.hevs.ch

Annonce

