Grande Journée de Bruxelles – 16/03/24

L'ÉTHIQUE ET L'ÉCONOMIE AU CŒUR DE NOTRE PRATIQUE

Le Dr Giuseppe PIZZUTO, Président de la Commission de Bruxelles/Brabant Wallon, nous présente le programme de cette Grande Journée qui traitera de sujets très variés.

Cette journée a-t-elle un thème ?

Giuseppe PIZZUTO : Nous avons décidé à l'unanimité de consacrer cette Grande Journée à des thèmes d'Éthique et Économie. Chaque membre de la Commission a proposé des sujets qui ont été soumis par la suite à une discussion de groupe, et en sont ressortis cinq sujets principaux.

Pourquoi avoir choisi ce thème ?

Giuseppe PIZZUTO : Tout simplement pour varier un peu les plaisirs, et pour répondre à certains besoins de nos confrères et consœurs. Nous voulions avoir le champ libre afin d'aborder sous des angles différents notre pratique de MG.

Quels sont les sujets de cette GJ ?

Giuseppe PIZZUTO : Le premier sujet que nous aborderons sera la pénurie en médecine générale (analyse, situation sur le terrain et solutions proposées), avec le Dr Dominique DUBOURG, attachée qualifiée à la Direction de l'évaluation et de la prospective de l'AVIQ.

Ensuite, nous reviendrons sur un sujet qui a déjà été traité dans d'autres activités de la SSMG, mais sur lequel nous estimions qu'il était utile de faire un rappel. Il s'agit de la prévention quaternaire, avec une présentation intitulée « Primum non nocere ». C'est le Dr Sonya GOUDJIL (MG, administratrice à la SSMG) qui s'en chargera.

Puis nous passerons à la présentation de Mme Gaëlle KRIKORIAN, chercheuse en Sciences Sociales : « Pourquoi les médicaments sont-ils si chers ? ». Sa préoccupation principale est l'accès aux soins et les droits des minorités.

Nous poursuivrons avec un sujet proche de notre pratique quotidienne, c'est-à-dire la « bonne » prescription de Biologie Clinique, présenté par le Pr Elie COGAN du CHIREC, qui est un habitué des activités de la SSMG.

Pour finir, Sébastien DELETAILLE, cofondateur et CEO de Rosa, nous fera une présentation sur l'impact des technologies sur la santé de demain.

Quel a été le bilan de la GJ précédente ?

Giuseppe PIZZUTO : Le bilan a été très positif, comme souvent à la SSMG. Il est vrai que nous avons un avantage à Bruxelles : il y a toujours un peu plus de monde que dans les autres Grandes Journées, grâce à la démographie de la Capitale. En 2023, nous avons accueilli environ 200 participant·es.

Le seul bémol était la localisation. Nous avions décidé de décentraliser pour une fois, et nous avons organisé la GJ à Érasme, car l'auditoire s'y prêtait. Mais l'accessibilité a quand même posé problème à un grand nombre de participant·es.

C'est pourquoi nous avons tenu compte, entre autres choses, de l'accessibilité quand nous avons décidé de nous porter sur l'hôtel Ibis Styles de Louvain-la-Neuve.

Le mot de la fin ?

Giuseppe PIZZUTO : La Commission essaie d'être la plus dynamique possible. Les personnes motivées sont donc toujours les bienvenues pour nous rejoindre. Nos activités se passent toujours dans de très bonnes conditions et de façon agréable. Et nous essayons toujours d'accomplir un travail qui, je l'espère cette fois-ci également, trouve un résultat plus que positif.

Quand et où ?

Le 16/03/24 à l'hôtel Ibis Styles de Louvain-la-Neuve.

Inscription :

https://www.ssmg.be/Formation-28919/?p1=47051

Lucie Ongena

Grande Journée Santé Mentale – 23/03/24

UNE JOURNÉE INÉDITE POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DES MG

Une Grande Journée dédiée entièrement à la Santé Mentale aura lieu cette année, pour la toute première fois. Le Dr Sarah CUMPS, membre de la cellule Santé Mentale, nous en dit plus sur cette matinée de formation innovante.

D'où est venue l'idée de consacrer une GJ à la santé mentale ?

Sarah CUMPS : La santé mentale est un sujet qui nous tient à cœur et que l'on rencontre fréquemment pendant nos consultations. Il peut aussi parfois mettre à mal les médecins car poser un diagnostic en santé mentale n'est pas si facile. Il peut s'agir de problèmes qui vont s'étendre sur la durée, avec des patient·es que l'on va voir très régulièrement pendant des mois, voire des années. Il nous semblait donc important de prendre le temps d'en parler.

Quels thèmes aborderez-vous ?

Sarah CUMPS : Le titre de cette GJ est « dépression, burn-out et injonctions au bonheur en santé ».
Nous espérons qu'à l'issue de cette formation, les participant·es se sentiront plus à l'aise face à la prise en charge de la dépression et du burn-out, les deux problématiques principales que nous allons aborder. Nous allons voir ensemble comment les différencier, ce qui n'est pas toujours simple.
Nous avons souvent des patient·es qui restent en dépression pendant des années. Cela peut être difficile pour le MG et éveiller un sentiment d'impuissance ou de frustration. Nous ferons le point sur les dépressions résistantes, quelles sont les options thérapeutiques mais aussi quelle posture adopter dans notre accompagnement du·de la patient·e.
Nous voulions aussi proposer une journée ouverte à la réflexion, c'est pourquoi nous avons décidé de parler des injonctions au bonheur en santé. En tant que médecins, nous donnons beaucoup de conseils à nos patient·es (faire du sport, avoir une alimentation saine…). Ceux-ci sont postifs en soi, mais peuvent submerger les patient·es déjà fragilisé·es psychologiquement (les personnes en dépression, par exemple), qui reçoivent déjà beaucoup d'injonctions de la société en général. En tant que soignant·es, nous voulons nous interroger sur les éventuels impacts néfastes de ces attitudes, et comment nous remettre en question dans notre rôle d'accompagnant·e.

Quel est le programme ?

Sarah CUMPS : Nous aurons trois présentations interactives qui, nous l'espérons, pourront ouvrir une discussion avec le public. Nous avons aussi aménagé des moments de pauses pour pouvoir échanger de façon plus informelle.

« Burn-out et dépression, pourquoi et comment les différencier ? »
Orateur : Dr Michel DELBROUCK, médecin généraliste et psychothérapeute
Modératrice : Dr Christine VANOVERBEKE
Objectif : Comprendre les subtilités de chaque pathologie afin d'éviter les erreurs de diagnostics, et améliorer la prise en charge de ces deux problématiques.

« Quand la dépression résiste »
Orateur : Dr Daniel SOUERY, psychiatre
Modérateur : Dr Sébastien LEMAIRE
Objectif : Définir la dépression résistante et la différencier d'autres diagnostics possibles (bipolarité, problèmes somatiques…), proposer une prise en charge et un accompagnement adéquat.

« Les injonctions au bonheur en santé : quel est le poids de nos mots ? »
Orateur : M. Laurent RAVEZ, philosophe
Modérateur : Dr Serge LÖWENTHAL
Objectif : S'interroger sur l'impact sur la santé mentale des multiples injonctions que nous donnons à nos patients, réfléchir à notre communication afin d'éviter une attitude paternaliste.

Pourquoi les médecins devraient-ils venir ?

Sarah CUMPS : Le programme a été pensé pour répondre aux interrogations et aux difficultés que l'on peut rencontrer en tant que MG, particulièrement vu le contexte de malaise sociétal qui s'est accentué depuis la crise COVID (précarité, guerres, crise écologique…). Cela nous concerne tous·tes, donc je pense que tout médecin y trouvera son compte.

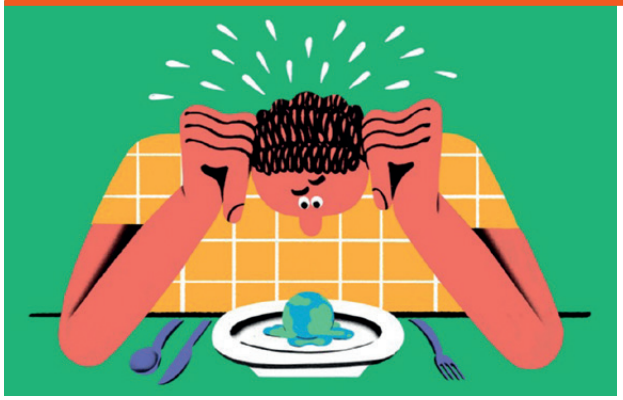
Infos pratiques :
La GJ Santé Mentale aura lieu le 23/03/24 au CFR (Centre de formation et de réunion de Bouge).

Inscription :
https://www.ssmg.be/Formation-29120/?p1=49392

Lucie Ongena

Nouveau *Digital Learning* sur l'alimentation, la santé et l'environnement

« UN AUTRE REGARD SUR L'ALIMENTATION : ENTRE ENVIRONNEMENT ET SANTÉ »



Interview du Docteur Anna SCHMUTZ, médecin généraliste formée en nutrition clinique et médecine environnementale, qui a participé à la création de ce *Digital Learning* (DL).

Quels sont les objectifs de ce *Digital Learning* ?

Anna SCHMUTZ : Ce *Digital Learning* a pour objectif d'aider nos consœurs et nos confrères à conseiller leurs patient·es en termes de nutrition bénéfique à leur santé tout en tenant compte du bien-être de notre planète. L'alimentation est en effet un gros contributeur au changement climatique, qui menace lui-même fortement la santé des populations. Par ailleurs, adopter une alimentation plus durable et respectueuse de la planète s'avère également être meilleure pour notre santé.
D'autre part, l'environnement impacte fortement la qualité de notre alimentation. Nos aliments peuvent être contaminés par différentes sources de polluants et nous verrons comment s'en protéger au mieux.

Quels sont les grands thèmes abordés ?

Anna SCHMUTZ : Nous abordons d'abord l'« assiette durable », c'est-à-dire une assiette à la fois bonne pour notre santé et pour notre planète. Nous nous basons pour cela principalement sur le rapport de synthèse de la commission Eat Lancet publié en 2019 et sur les dernières recommandations du Conseil Supérieur de la Santé. Nous abordons ainsi les aliments à privilégier et ceux dont il faudrait idéalement réduire la consommation. Nous expliquons par exemple comment une alimentation plus végétale peut avoir un effet bénéfique sur la prévention de certaines maladies chroniques.
Ensuite, nous abordons la question des polluants et des substances toxiques présents dans notre alimentation : qu'est-ce qu'un perturbateur endocrinien, comment ceux-ci se retrouvent parfois dans notre assiette et comment ils peuvent avoir un impact négatif sur notre santé. Nous traitons entre autres des pesticides, des métaux lourds, des polluants organiques persistants et de la question des plastiques, ô combien présents dans notre environnement.
Pour finir, nous montrons comment les modes de cuisson et la transformation des aliments peuvent impacter leur qualité nutritionnelle, voire les rendre carrément néfastes pour notre santé.

Ce DL s'adresse-t-il à tous les médecins ?

Anna SCHMUTZ : Oui, sans aucun doute. De nombreuses maladies chroniques rencontrées quotidiennement en médecine générale comme le diabète, l'hypertension, l'obésité, les maladies cardiovasculaires, les cancers… peuvent avoir un lien avec notre alimentation et notre environnement. Coupler ces deux sujets en fournissant des conseils pratiques permettra au généraliste de mieux conseiller ses patients.

Quels sont les enseignements principaux pour le médecin généraliste ?

Anna SCHMUTZ : Les enseignements principaux sont de réaliser à quel point, parfois, nos habitudes de consommation peuvent avoir un effet néfaste sur notre santé mais également sur celle de notre planète. De petits changements, comme réduire certaines protéines animales au profit des protéines végétales, peuvent déjà faire de grandes différences. Des fiches pratiques sont disponibles pour que le médecin puisse accompagner un·e patient·e flexitarien·ne, végétarien·ne ou végane. Il y a également des recommandations pour la consommation de poissons et leurs dangers potentiels. Le médecin généraliste est également formé sur les dangers des plastiques et apprend lesquels privilégier ainsi que les erreurs à ne surtout pas commettre, comme par exemple chauffer du plastique au micro-ondes. Il·elle est formé·e sur l'impact des pesticides et les avantages/désavantages de la consommation de produits biologiques. Pour finir, le médecin pourra aider son·sa· patient·e à bien lire une étiquette alimentaire, lui expliquer ce qu'est une nourriture ultra-transformée, son danger potentiel et lui prodiguer des conseils sur la façon optimale de cuisiner ses aliments.

Pour suivre la formation « Un autre regard sur l'alimentation : entre environnement et santé » :
https://www.ssmg.be/courses/environnement/

Mireille Roillet

Départ du Dr Thierry VAN DER SCHUEREN, administrateur

SON HISTORIQUE ET LES REMERCIEMENTS DE L'ÉQUIPE SSMG

Le Dr Thierry VAN DER SCHUEREN quitte son rôle d'administrateur de la SSMG (mais pas la médecine générale, puisqu'il part exercer en France). Nous lui avons posé quelques questions sur son histoire très riche à la SSMG.

Comment êtes-vous arrivé à la SSMG ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : Dès la fin de mes études, en 1994, j'ai découvert la SSMG à travers la RMG qui était posée sur le bureau d'un assistant. C'est comme cela que je suis d'abord devenu membre.
Après quelques mois, j'ai proposé une Petite Clinique à la publication, et elle a été acceptée. Le rédacteur en chef de l'époque, le Dr Luc PINEUX, m'a contacté pour me demander de rejoindre le comité de lecture de la Revue, ce que j'ai fait avec beaucoup de plaisir. J'y suis resté pendant pratiquement 15 ans.
Plus tard, je suis devenu rédacteur en chef adjoint de la Revue et j'ai également intégré la Commission de Namur. L'étape suivante a été une invitation à une réunion de la part du Dr André DUFOUR, responsable à l'époque de tout ce qui était lié à la médecine préventive à la SSMG. Il m'a proposé de reprendre la cellule Tabac, à la suite de Jeanine GAILLY qui quittait la MG pour rejoindre le KCE.
À partir de là, j'ai pris de plus en plus pris de responsabilités au sein de la SSMG jusqu'à ce que je sois proposé par la Commission de Namur comme administrateur dans le Comité Directeur, sous la présidence du Dr Michel MEGANCK.

Quel a été le plus gros changement que vous ayez pu observer à la SSMG ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : Il est récent, puisqu'il s'agit de la formation de la nouvelle équipe, autour du Dr Quentin MARY (actuel Président de la SSMG). On est passé d'une structure pyramidale vers quelque chose de plus transversal, où chacun·e participe à la bonne gestion de l'ASBL, avec une communication et une transparence bien meilleure qu'auparavant. Je suis très content de cette évolution, qui est à la fois démocratique mais aussi bienveillante et plus centrée sur les besoins de la première ligne.

Quel a été votre moment préféré ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : Mes instants préférés ont toujours été des moments de retrouvailles et de collaborations : par exemple, les participations au Congrès WONCA ou au Congrès de Médecine Générale à Paris, où nous nous retrouvions à une vingtaine de membres, à partager ce que nous avions appris au cours de la journée. Mais il y a aussi eu de riches moments d'échanges lors d'ateliers ou de formations...

Qu'est-ce que la SSMG vous a apporté ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : La SSMG m'a surtout aidé à sortir de l'isolement. Je travaillais au départ en solo et la SSMG m'a permis de rencontrer d'autres médecins qui vivaient la même chose que moi, qui avaient les mêmes questionnements, les mêmes difficultés... Cela donne le sentiment d'appartenir à un groupe, qui pratique le même métier avec passion et volonté.

Avez-vous une anecdote à raconter ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : Quand j'étais jeune administrateur, j'avais défendu avec beaucoup de pugnacité une position différente de la position générale lors d'un comité directeur. Par après, le Dr MEGANCK m'a un peu sermonné en me disant qu'en tant qu'administrateur, j'étais au service de **tous** les médecins et pas seulement des médecins qui me ressemblaient. J'y repense souvent, encore aujourd'hui, parce que même si j'ai été surpris sur le moment, sa remarque était justifiée. Je devais défendre mon point de vue mais je devais aussi penser à l'ensemble des médecins, y compris ceux qui ont des pratiques différentes de la mienne. J'ai toujours essayé de rester fidèle à cette idée.

Que souhaitez-vous aux nouveaux et nouvelles arrivant·es à la SSMG ?

Thierry VAN DER SCHUEREN : Je leur souhaite de prendre autant de plaisir et de satisfaction à s'investir au sein de la SSMG. Et faites-le sans hésiter car, même s'il peut arriver de se désinvestir un moment à cause de certains évènements de vie, on peut toujours revenir par la suite.
Je dirais aussi à tous les médecins qui ne sont pas encore membres de la SSMG : devenez membres. Participez aux évènements. Vous rencontrerez de chouettes personnes qui sont là pour partager et développer ce merveilleux métier qu'est la médecine générale.

REMERCIEMENTS

Toute l'équipe de la SSMG, aussi bien les coordinatrices que les administrateur·ices et le comité de lecture de cette Revue, s'associe pour saluer l'excellent travail fourni par le Dr VAN DER SCHUEREN pendant toutes ces années. Ses conseils, sa disponibilité et sa bienveillance nous manqueront.

Nous lui souhaitons tout le meilleur pour la suite de sa carrière dans d'autres contrées, mais aussi dans sa vie personnelle.

Lucie Ongena

GROUPES OUVERTS

MANIFESTATIONS SSMG 2024

**Programmes et inscriptions : www.ssmg.be, rubrique « agenda »
ou via nos newsletters hebdomadaires**

samedi 10 février

Grande Journée « Maladies rares »
organisée par la commission WaPi

samedi 16 mars

Grande Journée « Ethique et Economie au cœur de notre pratique »
organisée par la commission de Bruxelles

samedi 23 mars

Grande Journée « Dépression, burn-out et injonctions au bonheur en santé »
organisée par la cellule Santé mentale

samedi 20 avril

Grande Journée
organisée par la cellule Santé et Bien-être au travail

samedi 25 mai

Grande Journée « Projet de vie du patient à domicile »
organisée par la cellule Personnes âgées

samedi 28 septembre

Grande Journée
organisée par la commission de Charleroi

samedi 19 octobre

Grande Journée MCC
organisée par la cellule Personnes âgées

samedi 16 novembre

Grande Journée
organisée par la commission de Namur

samedi 14 décembre

Grande Journée « Obésité/actualités/chirurgie bariatrique »
organisée par la cellule Nutrition

HEURES D'OUVERTURE DE LA SSMG

Du lundi au vendredi, de 9 à 16 heures, sans interruption

rue de Suisse 8, B-1060 Bruxelles
Tél. : 02 533 09 80

La coordination est assurée par 9 personnes :
Thérèse Delobeau, Dominique Dieng, Danielle Edorh, Cristina Garcia, Sophie Lixon, Carine Morin, Lucie Ongena, Mireille Roillet et Joëlle Walmagh

RÉPONSES AU PRÉTEST !

Réponses prétest p. 6 : 1. Vrai • 2. Faux • 3. Vrai

Réponses prétest p. 10 : 1. Faux • 2. Faux • 3. Vrai