

# Environnement sain et bonne santé

par Pierre SOUVET

***Le concept « Une seule santé » souligne l'interdépendance vitale entre santé humaine, santé animale et préservation des écosystèmes. Dans sa conférence inaugurale lors du colloque « Santé et Forêt » d'octobre 2025 (Hyères), l'auteur a magistralement démontré comment la dégradation de la biodiversité et des forêts favorise l'émergence de zoonoses, tandis que l'accès à la nature constitue un levier thérapeutique majeur. Une approche systémique est indispensable afin de replacer la préservation environnementale au cœur des stratégies de prévention.***

## **Historique du concept « One Health », une seule santé**

En 1946 l'Organisation mondiale de la santé (OMS) proposait une définition de la santé : un état de bien-être physique, mental et social et pas seulement l'absence de maladie ou d'infirmité. Une définition anthropocentrée qui reste utilisée depuis 80 ans. En 1968, à la conférence de l'UNESCO sur la biosphère, il est reconnu que l'Homme fait partie intégrante de la plupart des écosystèmes, non seulement en les influençant mais aussi en subissant leur influence.

Il faudra attendre 2021 pour que l'alliance quadripartite : Organisation mondiale de la santé (OMS), Organisation mondiale de la santé animale (OMSA), *Food and Agriculture Organisation* (FAO), et Plan des Nations Unies pour l'Environnement (PNUE), propose officiellement le concept Une Seule Santé (*One Health*). Ce concept est la reconnaissance formelle de l'interdépendance de la santé des êtres humains, des animaux sauvages et domestiqués, des végétaux et de la préservation des écosystèmes, de la biodiversité et du climat. Et, par conséquent, de la nécessité de préserver le bon état de chacun de ces éléments, afin de sauvegarder un environnement propice à la vie sous toutes ses formes, et au bien-être. Ce concept nécessite une approche intégrée et mobilise de multiples secteurs, disciplines et communautés à différents niveaux de la société pour travailler ensemble, afin d'améliorer le bien-être et de lutter contre les menaces pour la santé et les écosystèmes.

1 - American College of Cardiology (ACC), American Heart Association (AHA) Société Européenne de Cardiologie (ESC), Fédération Mondiale de Cardiologie (WHF)

En 2023 cette alliance lance un plan d'action visant à introduire « Une seule santé » dans l'ensemble des politiques publiques internationales et propose une nouvelle représentation de la santé : désormais, la santé doit être pensée comme un bien commun en partage entre tous les vivants.

## Quel est le poids de l'environnement sur les pathologies humaines ?

L'OMS estimait, en 2012, à 12,6 millions le nombre de décès dans le monde dus à l'environnement, avec une importance plus grande en Afrique et en Asie du Sud-Est, soit 25% des décès globaux avec, en tête, les maladies chroniques comme les accidents vasculaires cérébraux, les cardiopathies ischémiques, les cancers, les pathologies respiratoires loin devant les pathologies infectieuses. Depuis, plusieurs revues scientifiques de médecine ont publié des études confirmant ce poids sur les maladies chroniques comme l'étude de FULLER parue dans le Lancet en 2022 qui montre que les pollutions provoquent plus de décès dans le monde que le tabagisme actif et passif.

Les quatre plus grandes sociétés savantes de cardiologie (ACC, AHA, ESC, WHF)<sup>1</sup> ont publié début 2026 une déclaration commune appelant à une action urgente pour lutter contre les facteurs de stress environnementaux, qui contribuent fortement aux maladies cardiovasculaires. Les chiffres annoncés sont nettement supérieurs à ceux de l'OMS en 2012.

Dans le plaidoyer on retrouve la nécessité de l'éducation et de la sensibilisation accrue des professionnels de la santé et du public aux facteurs de risque environnementaux. Elément majeur, elles demandent l'intégration de ces déterminants environnementaux de la santé cardiovasculaire dans les programmes de formation de base de tous les professionnels de la santé, en les plaçant au même niveau que les facteurs de risque traditionnels.

On retrouve aussi la nécessité d'harmonisation des politiques qui donnent la priorité aux effets environnementaux et des actions réglementaires, en particulier sur les populations vulnérables qui en subissent souvent les conséquences les plus graves.

Comme le soulignaient en 2023 les 200 plus grandes revues médicales au monde « la crise climatique et la perte de biodiversité doivent être considérées comme une seule et unique crise : un enjeu de santé publique à l'échelle mondiale ». Le rédacteur en chef du *British Medical Journal*, Kamran Abbasi, résumait la situation : « Ça n'a aucun sens pour les scientifiques et les politiciens de considérer la santé et l'environnement de manière séparée ».

Les stratégies de prévention intégrées sont basées sur l'exposome.

L'exposome est l'ensemble des facteurs auxquels est exposé un organisme tout au long de sa vie, et qui influence sa santé ; on y note :

- les facteurs externes : qu'ils soient généraux comme les influences sociales, économiques, écologiques et psychologiques sur l'individu, ou comme les niveaux de diplômes ou de vie, l'environnement urbain ou rural... ; ou qu'ils soient spécifiques à chacun comme les expositions aux pollutions mais aussi à son activité professionnelle ou son mode vie (exercice, tabac, alcool) ;
- les facteurs interne comme son métabolisme, sa morphologie, son microbiote, son état de vieillissement, tout ce qui fait nos différences biologiques.

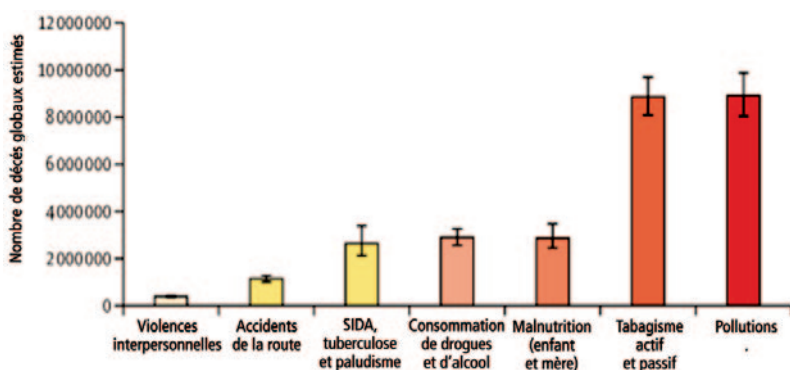


Fig. 1 : Décès estimés dans le monde par facteur de risque majeur ou cause.

Source : Fuller et al, *The Lancet*, 2022.

## Les déterminants de santé

Sur l'ensemble de notre vie, on note que la génétique ne représente que 5% et le système de soins que 15% des déterminants de santé.

Parmi les plus gros contributeurs, on trouve pour 25%, les facteurs environnementaux comme l'exposition à tous les types de nuisances (pollutions chimiques et de l'air, bruit, chaleur) dans son cadre de vie, son habitat, et ses conditions de travail. Les déterminants les plus importants (45%) sont les facteurs socioéconomiques (accès à l'emploi, à des revenus décents, à une alimentation saine, à la culture, aux loisirs). On estime à 13 années la différence d'espérance de vie entre les 5% les plus pauvres et les 5% les plus riches. Les expositions environnementales toxiques sont d'ailleurs plus souvent fréquentes chez les catégories sociales défavorisées.

## Une stratégie de prévention intégrant l'environnement

Une stratégie de prévention intégrant les facteurs environnementaux est d'autant plus une nécessité que les dépenses courantes de santé en France sont passées de 243 milliards en 2012 à 333 milliards en 2024.

Un exemple de ces interactions environnementales est la disparition involontaire des vautours en Inde, due au diclofénac, un anti-inflammatoire utilisé pour traiter les vaches, celles-ci n'étant pas consommées en Inde car sacrées. Les vautours en ingérant les charognes des vaches ont eu leurs reins détruit par le diclofénac et ont été décimés. Le service écosystémique des vautours s'est éteint. En 2024, l'Association américaine d'économie a estimé que cette perte avait causé 500 000 morts entre 2000 et 2005, à la fois par la prolifération de bactéries et d'infections mortelles et par la diffusion de la rage, favorisée par la prolifération de chiens errants qui trouvaient une nourriture plus accessible.

La biodiversité, c'est tout le vivant et ses interactions. Elle commence en nous avec la diversité de nos microbiotes : cutané, vaginal, ORL, respiratoire, et le plus impressionnant, le microbiote intestinal avec près de 100 000 milliards de micro-organismes qui le peuplent (bactéries, virus, champignons, etc.). Tous sont essentiels car leur perturbation peut favoriser des pathologies inflammatoires de l'intestin, diabète, obésité, arthrite, cancers et même anxiété ou dépres-

sion. Les antibiotiques perturbent le microbiote intestinal mais les polluants environnementaux aussi.

Un exemple de perte de biodiversité et de transmission de maladies, appelé zoonose car transmise de l'animal à l'homme, est identifié avec le virus Nipah, capable de provoquer une encéphalite mortelle. Le réservoir de ce virus est la chauve-souris. La disparition de la forêt primaire, remplacée par exemple par des plantations de palmiers à huile, favorise le contact de la chauve-souris avec les animaux domestiques, comme le porc. Celui-ci s'infecte avec les urines, fèces... de la chauve-souris. Le porc, au contact de l'humain, lui transmet la maladie.

## Les effets bénéfiques de l'exposition à la nature sont considérables

Le début de la vie est un moment clé. L'exposition des enfants à des environnements naturels réduit le risque de développer schizophrénie, atopies, allergies, asthme. Une exposition précoce à la nature amplifie les effets bénéfiques potentiels des espaces verts plus tard dans la vie.

Le Trouble Déficitaire de la Nature (AERTS BMB 2018) comporte des troubles mentaux dus au manque d'interaction avec la nature au début de la vie, et a été associé à des difficultés émotionnelles, cognitives et physiques chez les enfants.

La végétalisation des cours d'écoles montre, dès un an, l'amélioration des microbiotes cutanés et digestifs des enfants, avec une présence moindre de bactéries pathogènes.

La nature et les espaces verts non contaminés sont bénéfiques pour la santé ; une méta-analyse de 2021 sur 143 études et 290 millions de personnes a montré que l'exposition aux espaces verts diminuait les risques de mortalité de 31%, de diabète de type 2 de 28%, de naissances prématurées de 13%... et que les personnes à faible statut économique en bénéficiaient le plus.

Les voies reliant la biodiversité à la santé humaine ont été explorées et trois hypothèses sont évoquées dans l'étude de AERTS *et al* en 2018 :

– l'hypothèse de la biophilie : les humains ont une affinité intrinsèque avec les autres espèces et la nature parce que l'interaction

avec l'environnement naturel a conduit à l'évolution de notre espèce ;

– l'hypothèse de la biodiversité : elle améliore le système immunitaire en régulant la composition en espèces du microbiome humain ;

– l'hypothèse de l'effet de dilution : une richesse élevée en espèces de vertébrés réduit le risque de maladies infectieuses chez l'homme car les agents pathogènes sont « dilués » parmi un grand nombre d'espèces réservoirs animales qui ne sont pas aussi compétentes que d'autres pour permettre la réplication ou la diffusion du pathogène. Exemple avec la maladie de Lyme : plus il y a d'espèces de rongeurs susceptibles de porter la tique infectée par la bactérie *Borrelia*, moins on retrouve de diffusion chez l'homme.

Les effets des prescriptions de nature sur la santé cardio-métabolique et mentale, et de l'activité physique sont décrits dans une revue systématique de 28 études : on note une baisse de la pression artérielle systolique et diastolique et, avec une augmentation du nombre de pas, des effets bénéfiques sur les scores d'anxiété et de dépression. Ces interventions peuvent être faites par des professionnels sociaux ou par des professionnels de la santé. Il paraît donc important d'associer exposition à la nature et activité physique, car cette dernière réduit en seulement une heure les hormones de stress, tel le cortisol salivaire, de plus de 20%.

## Quatre recommandations de conclusion

- Avoir une vision systémique de la santé.
- Former des acteurs de santé et sensibilisation de la population.
- Créer des alliances entre tous les acteurs de santé (professionnels de santé, du social, collectivités, élus, urbanistes, associations...).
- La prévention est essentielle .

**« La santé doit être pensée comme un bien commun entre tous les vivants ».**

**P.S.**

## Références

- Aerts *et al*, Biodiversity and human health: mechanisms and evidence of the positive health, effects of diversity in nature and green spaces. *BMJ* <https://doi.org/10.1093/bmb/ldy021>
- Twohig-Benett *et al*, The health benefits of the great outdoors: A systematic review and meta-analysis of greenspace exposure and health outcomes. *Env Research* <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.06.030>
- Nguyen *et al*, Effect of nature prescriptions on cardiometabolic and mental health, and physical activity: a systematic review. *Lancet planetary health*, 2023 [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(23\)00025-6](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(23)00025-6)

Dr Pierre SOUVET,  
cardiologue,  
président  
de l'Association Santé  
Environnement France  
13510  
Eguilles  
souvetaol.com

L'ASEF est membre  
de l'alliance Santé  
Biodiversité avec FNE,  
FRB, FSVF, HB, SFDE,  
SFSE, TARA Océan,  
Comité français UICN.

## Résumé

Cet article explore le concept « Une seule santé » (One Health), soulignant l'interdépendance vitale entre santé humaine, animale et préservation des écosystèmes. Face à une mortalité mondiale massivement liée aux pollutions, la santé doit désormais être pensée comme un bien commun partagé par tout le vivant. L'auteur démontre que la dégradation de la biodiversité et des forêts favorise l'émergence de zoonoses, tandis que l'accès à la nature constitue un levier thérapeutique majeur. L'exposition aux espaces verts réduit significativement les risques de maladies chroniques et renforce le système immunitaire. Une approche systémique associant professionnels de la santé et gestionnaires du territoire est indispensable pour garantir un environnement propice au bien-être. Cette vision globale invite à replacer la préservation environnementale au cœur des stratégies de prévention.

## Summary

This article explores the concept "Une seule santé" (One Health), highlighting the vital interdependence between human health, animals and ecosystem preservation. Faced with a global mortality massively linked to pollutions, health should be thought of as a good common part for all living people. The author demonstrated that the degradation of biodiversity and forests favored the emergence of zoonoses, so that access to nature constitutes a greater therapeutic relief. Exposure to green spaces significantly reduces the risks of chronic diseases and strengthens the immune system. A systematic approach associating professionals of the health and management of the territory is indispensable to guarantee a good environment. This global vision invites to replace environmental preservation at the heart of prevention strategies.