



Deux minutes de silence

Un célèbre chirurgien français a dit que la santé, c'était « la vie dans le silence des organes ». On est probablement en train d'oublier cette belle formule. La santé est devenue bruyante, tonitruante. Il ne se passe pas une journée sans que l'on nous chante sur tous les tons les vertus des oméga-3, les promesses de la canneberge ou les pouvoirs infinis du brocoli. Les nutritionnistes ont pris le contrôle de notre assiette, peut-être même un peu celui de nos vies.

La santé est comme un bruit de fond qui nous suit partout. Tenez, l'autre jour, je suis tombé par hasard sur un article d'un magazine populaire qui dressait la liste des tests et examens médicaux conseillés par les experts aux différents âges de la vie. La liste était impressionnante. Jugez-en. Celle qui suit était destinée aux parents de jeunes enfants :

- « Il est conseillé de faire vacciner son enfant lors de visites médicales de routine. Au cours de sa première année de vie, l'enfant reçoit trois vaccins en trois doses. »
- « Selon l'Association canadienne des optométristes, l'enfant devrait subir son premier examen des yeux à six mois, ou avant si on soupçonne un éventuel problème de strabisme. Les optométristes conseillent ensuite un examen à l'âge de trois ans et un autre avant la rentrée scolaire. Après, les enfants (et les adolescents) devraient subir un examen de la vue chaque année. »
- « Vers un an, l'enfant devrait s'asseoir une première fois sur la chaise du dentiste. » (*Madame*, février-mars 2002.)

Tout ça sans compter les conseils, les mesures de prévention, les achats d'appareils de sécurité... Sans compter aussi les errements, les inquiétudes, la crainte des parents de ne pas faire ce qu'il faut.

Vous êtes impressionnés ? Attendez, la situation ne s'améliore pas avec l'âge. Vous faites partie de la tranche des 30-45 ans en excellente santé ? Attention, vous êtes peut-être un malade qui s'ignore. Pour le savoir, vous feriez bien de faire vérifier votre tension artérielle, votre taux de cholestérol, votre densité osseuse, votre glande thyroïde, sans oublier de passer le test de dépistage du glaucome et de la presbytie, le test de glycémie. Et si vous êtes une femme, il faut tout de même en rajouter un peu, l'examen gynécologique et l'auto-examen des seins par exemple.

Je me suis arrêté là dans ma lecture, n'ayant pas le goût de m'aventurer plus loin. Je n'osais surtout pas penser à ce que l'on réservait aux vieillards.

Comprenez-moi. Comme tout le monde, je suis pour la vertu. Je suis convaincu que la prévention est une chose excellente. Tout comme la bonne alimentation, l'exercice physique et le bain d'algues. Le problème, c'est le « trop », le déséquilibre. Le fait, par exemple, de prendre un élément et d'en faire la recette de la bonne santé : mangez 12 portions de fruits et légumes par jour et vous vivrez heureux jusqu'à 100 ans ; buvez du thé vert le matin, incluez les quatre groupes alimentaires à chaque repas, avalez un cocktail de vitamines tous les jours et c'est le bonheur garanti. Chaque semaine apporte ainsi son lot de mixtures. Or, on sait bien que la vie est complexe et que les facteurs qui font la bonne santé ne se trouvent pas seulement dans l'assiette ou les baskets. On les rencontre aussi dans l'environnement, les politiques de transport, les mesures sociales qui permettent de réduire les inégalités. On les trouve également dans le travail satisfaisant, le réseau d'amis, les petits bonheurs que l'on se donne et le temps que l'on donne aux autres. La vie n'est pas mixture : elle est aventure.

Il y a le bruit ambiant de la morale sanitaire. Mais il y a surtout le bruit assourdissant des médias, des experts et des commentateurs sur les lacunes du système de santé, les risques qu'il nous ferait courir. Au fil des ans, j'ai dû comme tout le monde me rendre à l'hôpital ou dans une clinique, pour diverses raisons. Jamais de gaieté de cœur. Les nouvelles

sont rarement bonnes dans les services de santé. Pourtant, j'y ai vu des gens heureux d'y travailler. J'y ai côtoyé le dévouement, l'engagement, j'ai senti de la compréhension, de la compassion.

Je n'ai jamais très bien compris pourquoi des gens choisissaient de travailler dans les services de santé, sachant qu'ils allaient devoir composer tous les jours avec la douleur et cohabiter avec l'ombre de la mort. Aussi j'ai le plus grand respect pour ces milliers d'hommes et de femmes qui ont opté pour le service public à la fois le plus apprécié et le plus critiqué de tous. J'ai toujours pensé que le système de santé, c'était eux. Les structures, l'organisation, les plans, ce n'est au fond que l'arrière-scène. Le théâtre, le vrai, est formé de tous ces gens qui soignent, traitent, soutiennent, réconfortent dans des moments où l'être humain est si vulnérable. Pourtant, on parle très peu souvent d'eux, tout occupés que nous sommes par nos débats sur les structures, les listes d'attente, les urgences.

Je réclame donc une minute de silence, et je suggère qu'on la prenne pour saluer le vrai système de santé, c'est-à-dire les infirmières, les médecins, les préposés, les travailleuses sociales, les psychologues... Chapeau ! Et merci.

Je demande une autre minute, cette fois pour ne plus entendre le bruit de la morale sanitaire. Une minute de silence, pour me laisser bercer par la seule petite musique de la vie.

Hervé Anctil



J.-M. VILLENEUVE

L. MÉTHÉ

