

PREMIER COLLOQUE DE LA COOP SANTÉ DE L'UDES

# Prendre en charge sa santé pour prévenir et non guérir

MÉLANIE NOËL

melanie.noel@latribune.qc.ca

**SHERBROOKE** — Et si on se rassemblerait une fois par mois, en groupe de 10 à 20 personnes, et qu'on s'auto-diagnostiquait? Après avoir reçu une formation et avec le soutien de professionnels de la santé, pourquoi ne pourrait-on pas vérifier nous-mêmes notre tension artérielle, notre taux de gras, notre taux de sucre et prélever nos échantillons de sang ou d'urine? En plus, on pourrait se donner des trucs pour améliorer notre condition physique et notre mode de vie? D'autres le font. Pourquoi pas nous? Ici. Aujourd'hui.

Ces questions ont été soulevées lors du premier colloque de la Coop santé de l'Université de Sherbrooke qui se tenait vendredi au Cégep de Sherbrooke et au cours duquel une dizaine de conférenciers et une centaine de participants se sont penchés sur la possibilité de s'organiser, en groupe, pour vivre plus sainement et ainsi réduire les coûts de la non-santé.

«On se retrouve aujourd'hui avec un besoin de plus en plus senti au niveau de la santé et le colloque apporte un regard nouveau sur la prévention et la promotion de la santé axé sur l'éducation et l'autonomie, explique Gaston Stratford, le président de la Coop santé de l'UdeS. Avec les ressources médicales qui se font rares, le coût des nouvelles technologies et des médicaments qui sont à la hausse et le vieillissement de la population, on va frapper un mur si on ne prend pas un virage vers la prévention.»

La Coop santé de l'UdeS rappelle que la non-santé gruge 45 % du budget québécois et que 80 % des maladies sont évitables.

«Au lieu de regarder le manque de médecins, peut-on regarder le nombre et la variété du personnel de la santé au Québec?» se questionne M. Stratford.

«Depuis 55 ans, il existe des groupes de ce genre au Japon. En tout, plus de 3 millions de membres font parties de plus de 28 000 groupes. Ici au Québec, on débute. On a seulement 40 coopératives en santé qui ont vu le jour depuis 1996», poursuit-il.

«La Coop de l'Université de Sherbrooke est la première établie dans un milieu universitaire et même si on est jeune, on a des idées et on se pose des questions. Il faut commencer à quelque part et Desjardins, par exemple, a commencé avec seulement quelques dollars», souligne le président de la Coop santé de l'UdeS.

Afin de démontrer le réalisme et les bienfaits de cette façon de voir les choses, la Coop avait invité Akira Kurimoto, directeur et chercheur principal de l'Institut des coopératives de consommateurs, basé à Tokyo.

En Beauce, une initiative dans ce sens a récemment été subventionnée. «On a reçu un budget de 360 000 \$ pour mettre sur pied des groupes d'aide en santé dans dix municipalités de la MRC Robert-

Cliche. On est encore à l'étape de la planification de ce projet mais d'ici quelques mois, des résultats concrets pourront être observés», explique Carrie Anna McGinn, agente de la Coop santé de la MRC Robert-Cliche.

«En résumé, on prône la libre prise en charge préventive dans le domaine de la santé qui est dominé par le curatif et la coopération dans un secteur qui est basé sur l'individualisme puisque normalement, on parle toujours de relation un à un entre le médecin et le patient», conclut M. Stratford.

Sherbrooke mercredi 9 juin 2010 - La Tribune