

Février 2020

**« J'aimerais perdre 4 à 5 kilos.
Que me conseillez-vous? »**



**Produits de santé naturels amaigrissants :
enquête exploratoire qualitative réalisée dans
des pharmacies communautaires montréalaises**

Ce document a été produit par l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)
102-4529, rue Clark
Montréal (Québec) H2T 2T3
Téléphone : 514-528-5811
www.aspq.org

Auteurs

Yves G. Jalbert, Ph.D. en santé communautaire, spécialiste de contenu, ASPQ

Fany Panichelli, Maître en sciences de la santé publique, Faculté de santé publique,
Université Catholique de Louvain

Hélène Poorteman, Maître en sciences de la santé publique, Faculté de santé publique,
Université Catholique de Louvain

Collaborateurs

Jean Alexandre, responsable des communications et collecte de fonds, ASPQ

Claude M. Bédard, LL.L, Adjointe à la direction générale, ASPQ

Anne-Marie Morel, Dt.P., M.Sc., conseillère aux politiques publiques, Coalition Poids

Direction

François Béchar, directeur général intérimaire

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2020

Bibliothèque et Archives Canada, 2020

ISBN – 978-2-924956-01-4

TABLE DES MATIÈRES

MISE EN CONTEXTE.....	4
MÉTHODOLOGIE.....	5
Profil des enquêtrices.....	6
RÉSULTATS.....	6
Visite des pharmacies communautaires.....	6
Promotion des produits amaigrissants.....	8
Produits amaigrissants de marque maison.....	11
Temps d'attente et durée de la consultation.....	12
Référence à un autre professionnel de la santé ou à d'autres ressources.....	12
Conseils du pharmacien.....	13
Questions posées par le pharmacien.....	15
Produit ou méthode pour perdre du poids conseillés par le pharmacien.....	15
Coût des produits.....	17
DISCUSSION.....	18
Principaux constats.....	18
Forces et limites de l'étude.....	19
Saine gestion du poids : un nouveau rôle du pharmacien ?.....	20
Vendre ou non des produits de santé naturels amaigrissants en pharmacies ?.....	22
Méfiez-vous des apparences trompeuses !.....	24
CONCLUSION.....	25
RÉFÉRENCES.....	26
ANNEXE I.....	29
À PROPOS DE L'ASSOCIATION POUR LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (ASPQ).....	31

MISE EN CONTEXTE

L'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) s'est inspirée d'une enquête journalistique diffusée en mai 1999 sur les ondes de la Radio Télévision Suisse (RTS) à l'émission **À bon entendeur**, animée par Cécile Durring. Cette journaliste avait choisi deux individus afin de mener l'enquête :

- un homme mesurant 1,85 m et pesant 95 kilos (IMC : 27,8) ;
- une femme mesurant 1,70 m et pesant 64 kilos (IMC : 22,1).

Les deux enquêteurs, à tour de rôle, ont visité 18 pharmacies de quatre cantons romands. Leur mission consistait à poser toujours la même première question : « J'aimerais perdre quatre à cinq kilos. Que me conseillez-vous ? »

Intéressée par cette approche, l'ASPQ a mandaté deux étudiantes à la maîtrise¹ en santé publique pour mener une enquête similaire dans des pharmacies communautaires montréalaises. Leur mission se résumait à poser systématiquement la même première question que leurs homologues suisses. Les enquêtrices devaient rester le plus neutres possible lors des consultations afin de correspondre au profil d'une cliente ordinaire. Par la suite, elles devaient compléter une grille d'observation (voir annexe I) afin de colliger les données sur les conseils reçus et la présence de produits de santé naturels amaigrissants dans la pharmacie.

Comme plusieurs pharmacies communautaires vendent des produits de santé naturels amaigrissants et que les pharmaciens sont interpellés à ce sujet, l'ASPQ a voulu savoir quels conseils donnent des pharmaciens à une personne qui veut perdre des kilos. À l'automne 2018, l'ASPQ a ainsi mené une étude exploratoire qualitative pour documenter la pratique professionnelle des pharmaciens communautaires en matière de gestion du poids ainsi que la présence de produits amaigrissants dans leurs établissements de la région de Montréal.

Même si elles ne sont pas généralisables à l'ensemble des pharmacies communautaires du Québec, les connaissances générées par cette étude offrent des pistes de réflexion pour orienter le développement des compétences des pharmaciens et amorcer un questionnement quant à l'offre de tels produits².

¹ Les deux agentes de recherche effectuaient un stage à l'Association pour la santé publique du Québec dans le cadre de leur master en santé publique de l'Université Catholique de Louvain en Belgique.

² <https://www.opq.org/fr-CA/grand-public/le-pharmacien/>

MÉTHODOLOGIE

Nos deux enquêtrices ont visité 40 pharmacies communautaires de la région de Montréal, situées à proximité du réseau du métro de Montréal afin de faciliter leurs déplacements. Les bannières et chaînes de pharmacies communautaires suivantes ont reçu la visite de nos enquêtrices :

- Accès pharma (Walmart)
- Brunet
- CENTRESanté (Provigo)
- Familiprix
- Pharmacie Jean Coutu
- Pharmaprix
- Proxim
- Uniprix

Une stratégie d'échantillonnage de convenance a été adoptée. Il s'agit d'un échantillonnage guidé essentiellement par la commodité et non pas par le souci de représentativité statistique. En effet, la recherche exploratoire met l'accent sur la pertinence de l'échantillon par rapport à l'objet d'étude, et ce, afin d'aider à circonscrire une réalité méconnue. La sélection des lieux inclus dans l'étude a donc été faite en recherchant une variété de pharmacies communautaires afin d'observer une diversité d'angles d'approche des pharmaciens et de cultures organisationnelles.

Lors des visites, les deux enquêtrices étaient présentes : l'une d'elles posait la question au pharmacien et l'autre notait les réactions, les questions et les conseils prodigués sur la grille d'observation.

La collecte des données portait sur les 10 points suivants :

1. jour et heure de la visite ;
2. nom et adresse de la pharmacie ³;
3. âge approximatif du pharmacien ;
4. durée de la consultation ;
5. référence à un autre intervenant (médecin, infirmière, nutritionniste, psychologue, homéopathe ou naturopathe) ;
6. conseil(s) donné(s) ;
7. produits suggérés s'il y a lieu (nom et prix) ;
8. coût total déboursé ;
9. présence de produits de santé naturels pour la gestion du poids (photo) ;
10. présence de promotion de produits de santé naturels pour la gestion du poids (photo).

³ Afin d'assurer la confidentialité des professionnels consultés, les données sont rapportées et analysées de façon globale.

Les données qualitatives et quantitatives ont été compilées dans un fichier Excel. Pour l'analyse :

- les résultats quantitatifs ont été traités de façon descriptive. À cause de la faible taille de notre échantillon, ils sont présentés sous forme de rapport sans indiquer de pourcentages ;
- les données qualitatives ont fait l'objet d'une analyse de contenu par thématique.

Profil des enquêtrices

L'enquêtrice A mesure 1,60 m et pèse 49 kg et l'enquêtrice B mesure 1,70 m et pèse 68 kg. Leurs indices de masse corporelle (IMC) correspondent à un poids normal (voir le tableau 1). Elles sont âgées de 24 et 25 ans respectivement.

Tableau 1. Profil des enquêtrices

ENQUÊTRICE	ÂGE	TAILLE	POIDS	IMC	VISITES EFFECTUÉES
A	24 ans	1,60 m	49 kg	19,7	21
B	25 ans	1,70 m	68 kg	22,9	19

RÉSULTATS

Visite des pharmacies communautaires

Les 40 pharmacies communautaires de l'échantillon (voir le tableau 2) ont été visitées entre le 12 septembre et le 10 octobre 2018. Seulement deux fournissaient un service de consultation pour la gestion du poids avec un nutritionniste ou une infirmière. Quant aux pharmaciens, 23 étaient des femmes et 17, des hommes.

Tableau 2. Pharmacies communautaires visitées

BANNIÈRE	NOMBRE DE PHARMACIES VISITÉES
Accès pharma (Walmart)	1
Brunet	2
CENTRESanté (Provigo)	1
Familiprix *Service de consultation sur rendez-vous (infirmière) offert dans une des pharmacies visitées	7
Pharmacie Jean Coutu	13
Pharmaprix* *Service de consultation sur rendez-vous (nutritionniste) offert dans une des pharmacies visitées	6
Proxim	4
Uniprix	6
TOTAL	40

Les visites ont majoritairement eu lieu en matinée ou en après-midi et une seule a été réalisée en soirée (voir le tableau 3). Les enquêtrices collectaient toutes les données au cours de la même visite.

Tableau 3. Moment des visites

	MOMENT DE LA JOURNÉE	NOMBRE DE VISITES
MOMENT DES VISITES	Matin	23
	Après-midi	16
	Soir	1

Promotion des produits amaigrissants

Sur place et dans les circulaires, les enquêtrices devaient recenser les promotions rattachées aux produits de santé naturels amaigrissants. Toutes les pharmacies communautaires visitées, sauf une, vendaient des produits de santé naturels amaigrissants ; et la quasi-totalité d'entre elles offrait des rabais sur les rayonnages ou dans leurs circulaires (voir le tableau 4).

Des photos des étagères de produits de santé naturels amaigrissants ont été prises dans chacune des pharmacies communautaires visitées. Les produits amaigrissants en promotion dans les circulaires au moment de la visite ont aussi été répertoriés (voir le tableau 5).

De plus, les enquêtrices ont aperçu des présentoirs garnis de livres de méthode de perte de poids dans plusieurs pharmacies communautaires.

Tableau 4. Présence et promotion de produits amaigrissants

PRÉSENCE ET PROMOTION	NOMBRE DE PHARMACIES
Présence de produits amaigrissants	39 sur 40
Promotion de produits amaigrissants en pharmacie	38 sur 40

Exemples d'étagère de produits de santé naturels amaigrissants et de rabais en rayonnage



Tableau 5. Types et exemples de produits de gestion de poids* en promotion (circulaires du 12 septembre au 17 octobre 2018)

PRODUITS EN PROMOTION DANS LA CIRCULAIRE	MARQUES
Crème amincissante	Elancyl
Barres énergisantes/ barres protéinées	Clif CONA Nutriforme Nutri Svelte Option T PC ACTV ProtiLife ProtiSvelte Supplégo
Infusions/ thés pour la perte de poids	Eliminyl + MégaSlim
Substituts de repas	Ensure Nutrium (Personnelle) SlimFast
Suppléments de protéines	Boost Mass Gainer PC ProtiLife Vega Whey
Produits amaigrissants	Controlex Garcinia Gambogia Hydroxycut Metamucil Zuccarin Diet
* Certains produits ont plusieurs usages et peuvent être consommés à d'autres fins que la gestion du poids.	

Exemples de promotion de produits de santé naturels amaigrissants dans des circulaires

<p align="center">MétaSlim Circulaire Familiprix du 4 au 10 octobre 2018</p> 	<p align="center">ProtiLife DIÈTE Circulaire Pharmaprix du 8 au 13 septembre 2018</p> 
<p align="center">MetaSlim Circulaire UNIPRIX du 4 au 6 octobre 2018</p> 	<p align="center">CONTROLEX Circulaire PJC du 4 au 17 octobre 2018</p> 
<p align="center">BARRES DIÈTE Circulaire Uniprix du 4 au 6 octobre 2018</p> 	<p align="center">MÉGA SLIM Circulaire PJC du 4 au 17 octobre 2018</p> 

Produits amaigrissants de marque maison

En plus de vendre des produits amaigrissants de diverses marques, au moins quatre bannières de pharmacies sont aussi productrices de produits minceur qu'elles mettent en marché (voir le tableau 6).

Tableau 6. Produits minceur de marque maison proposés par les bannières de pharmacies

Bannière de pharmacie	Propriétaire	Marque maison	Produits à visées amaigrissantes
PHARMAPRIX	Loblaw	<i>Life</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ Extrait de thé vert ⁴;▪ Thé vert et vinaigre de cidre de pommes ⁵.
JEAN COUTU	Metro	<i>Personnelle</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ Tablette Nutri-Svelte ⁶;▪ Barre ProtiSvelte.
UNIPRIX	McKesson - Pharma	<i>Option+</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ Barre diète moka et amandes ;▪ Barre diète caramel ;▪ Barre diète truffe au chocolat.
ACCÈS-PHARMA	Walmart	<i>Equate</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ Substitut de repas en poudre (pour perdre du poids et le maintenir) ⁷.

⁴ <https://www1.shoppersdrugmart.ca/fr/health-and-pharmacy/vitamins-and-supplements/vitamins-a-k/details/057800065883>

⁵ <https://www1.shoppersdrugmart.ca/fr/health-and-pharmacy/diet-and-fitness/diet-control-aids/details/057800004202>

⁶ <https://www.jeancoutu.com/magasiner/produit/nutri-svelte-substituts-de-repas-6-x-390-g-moka-et-amandes/994106/>

⁷ <https://www.walmart.ca/fr/ip/substitut-de-repas-equate-pour-la-perde-et-le-maintien-du-poids/6000196714384>

Temps d'attente et durée de la consultation

Les enquêtrices devaient s'adresser au technicien de laboratoire avant de pouvoir consulter le pharmacien en poste. Le temps d'attente moyen se situait à moins de 5 minutes. Dans de rares cas, elles ont dû attendre de 10 à 20 minutes. Le plus souvent, la consultation avec le pharmacien durait moins de cinq minutes (voir le tableau 7) :

- dans 30 % des cas, la visite durait entre 5 et 9 minutes ;
- une fois, elle a duré de 10 à 14 minutes.

Tableau 7. Temps d'attente et durée de la consultation

INTERVENTION	TEMPS	NOMBRE DE PHARMACIES
Temps d'attente	Moins de 5 minutes	26 sur 40
	5 à 9 minutes	11 sur 40
	10 à 20 minutes	3 sur 40
Durée de la consultation	Moins de 5 minutes	27 sur 40
	5 à 9 minutes	12 sur 40
	10 à 14 minutes	1 sur 40

Référence à un autre professionnel de la santé ou à d'autres ressources

Les enquêtrices devaient noter si le pharmacien les référait à un autre professionnel de la santé ou à toute autre ressource.

- sept pharmaciens sur 40 ont suggéré de consulter un autre professionnel de la santé ou les ont dirigées vers une autre ressource. Le professionnel de la santé auquel on faisait le plus référence était le nutritionniste et la ressource la plus citée était le Guide alimentaire canadien (voir le tableau 8) ;
- une pharmacie offrait un service de consultation privée en nutrition, *Nutriexpress*, sur rendez-vous et moyennant la somme de 35 dollars pour une séance de 30 minutes ;
- deux pharmaciens ont remis un exemplaire du Guide alimentaire canadien ;



- trois pharmaciens de bannières différentes ont remis une copie du document en ligne « Les régimes amaigrissants⁸ » — feuillet d'information pour les patients produit par Vigilance Santé inc. ;
- un pharmacien a remis une trousse, produite par les Diététistes des producteurs d'œufs du Canada, dans laquelle on retrouve le Guide alimentaire canadien, trois fiches recettes et trois guides sur l'alimentation ;
- un pharmacien a remis deux guides⁹⁻¹⁰ (programme de soins et santé pour tous) produits en collaboration avec la docteure en nutrition, Isabelle Huot.

Tableau 8. Référence à un autre professionnel de la santé ou à d'autres ressources

INTERVENTION	TYPE DE PROFESSIONNEL	NOMBRE DE RÉFÉRENCES
Référence à un autre professionnel de la santé (7 sur 40)	Nutritionniste seulement	3
	Nutritionniste et kinésologue	1
	Nutritionniste et médecin	2
	Infirmière seulement	1
TYPE DE RESSOURCES		NOMBRE DE RÉFÉRENCES
Suggestions d'autres ressources	Trousse d'information ou guide (programme de soins et santé pour tous)	2
	Guide alimentaire canadien	3*

*Deux pharmaciens ont donné un exemplaire du Guide alimentaire canadien et un autre l'a mentionné sans en donner.

Conseils du pharmacien

Lors de la consultation, 35 pharmaciens sur 40 ont prodigué des conseils de santé qui visaient l'alimentation (la taille des portions ; la qualité des aliments) et la pratique d'activité physique (voir le tableau 9).

Quatre pharmaciens ont conseillé de boire de l'eau ; et 1 a suggéré de rallonger les heures de sommeil.

Aucun n'a parlé de consommation d'alcool ou de tabac.

⁸ <https://www.groupeproxim.ca/fr/article/sante/regimes-amaigrissants>

⁹ https://assets-api.familiprix.com/uploads/health_guide/files/37ca3fd9-8be7-4747-961a-dac09892b7d3/original_psst-trucs-atteindre-poids-sante.pdf?v=63691290136

¹⁰ https://assets-api.familiprix.com/uploads/health_guide/files/904d80f4-a5d5-4497-8f25-cd50a35de5f9/original_psst-manger-plus.pdf

Tableau 9. Conseils des pharmaciens

SUJET DE L'INTERVENTION	NOMBRE DE MENTIONS
Activité physique	33
Alimentation	
- Portions	17
- Qualité des aliments	29
Boire de l'eau	4
Éviter l'alcool	0
Éviter la cigarette	0
Heure de sommeil	1

Certains conseils offerts concernaient spécifiquement la perte de poids (voir le tableau 10) :

- 24 pharmaciens sur 40 ont conseillé d'éviter les produits de santé naturels amaigrissants ;
- certains pharmaciens ont aussi mentionné :
 - l'effet yo-yo des régimes, en insistant sur l'importance de perdre du poids de façon progressive ;
 - la balance calorique entre la quantité d'aliments consommés et la dépense énergétique ;
 - la renonciation à la privation ;
 - le fait qu'aucun produit ne remplace les efforts personnels.

Tableau 10. Types de conseils

GESTION DU POIDS	TYPE DE CONSEILS	NOMBRE DE MENTIONS
Régime/perte de poids	Effets néfastes des régimes	32
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ effet yo-yo (2) ▪ effet yo-yo/éviter produits minceur (6) ▪ éviter les produits amaigrissants (24) 	
	Autre(s) principe(s) abordé(s) :	11
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ perdre du poids lentement mais sûrement ; ▪ manger moins de calories que ce que l'on brûle ; ▪ augmenter le métabolisme de base ; ▪ ne pas se priver ; ▪ comprendre que les efforts doivent venir de soi et non des effets d'un produit. 	

Questions posées par le pharmacien

Durant la consultation, 10 pharmaciens sur 40 ont demandé à l'enquêtrice si elle avait un problème de santé et 15 pharmaciens sur 40, si elle prenait des médicaments ou si c'était sa première tentative de perte de poids.

Seulement 4 pharmaciens sur 40 ont abordé les questions relatives à la taille et au poids actuel, à l'historique alimentaire (de façon rapide), à la possibilité d'une grossesse ou au tabagisme. Peu d'entre eux ont dissuadé les enquêtrices (poids normal) de perdre du poids (voir le tableau 11) et aucun n'a demandé l'âge de l'enquêtrice.

Tableau 11. Type de questions du pharmacien

TYPE DE QUESTIONS POSÉES PAR LE PHARMACIEN PENDANT LA CONSULTATION	
Âge de la cliente	0
Allergies/intolérances*	6
Depuis quand souhaitez-vous perdre du poids ?	1
Grossesse*	4
Historique alimentaire rapide	5
Première tentative de perte de poids	8
Prise de médicaments	8
Problème de santé quelconque	10
Raison pour perdre du poids	2
Tabagisme*	5
Taille et poids	4

*Ces items ont été colligés par le laborantin plutôt que par le pharmacien, à travers une fiche client utilisée dans certaines Pharmacies Jean Coutu.

Produit ou méthode pour perdre du poids conseillés par le pharmacien

Vingt-quatre pharmaciens ont suggéré d'éviter les produits de santé naturels amaigrissants. Par contre, six pharmaciens ont conseillé l'utilisation d'un ou plusieurs produits de santé naturels amaigrissants ; un pharmacien a même recommandé le jeûne intermittent, avouant être un adepte de cette méthode (voir le tableau 12).

Tableau 12. Produits ou méthodes conseillés par six pharmaciens

PRODUIT DE SANTÉ NATUREL AMINCISSANT	Alinéa	1
	Garcinia Cambogia	1
	Métamucil	4
	PGX	2
	Thé vert (capsules)	2
MÉTHODE	Jeûne intermittent	1

Exemples de produits de santé naturels amaigrissants proposés



Coût des produits

La plupart des produits de santé naturels amaigrissants conseillés par les pharmaciens coûtaient moins de 25,00 \$; un seul produit coûtait plus de 25,00 \$ (voir le tableau 13).

Tableau 13. Coût des produits conseillés

COÛT	COÛT APPROXIMATIF	NOMBRE DE PRODUITS
	moins de 25,00 \$	9
de 25,00 \$ à 50,00 \$	1	

Perception de l'attitude du pharmacien

Selon les enquêtrices :

- un pharmacien sur cinq répondait de manière satisfaisante à la requête ;
- les autres se montraient soit expéditifs, soit surpris par la requête, soit embarrassés (voir le tableau 14). La conversation était brève, peu ou mal orientée et peu personnalisée. Cela dit, ces pharmaciens livraient les conseils de santé de base.

Tableau 14. Perception de l'attitude du pharmacien

TYPE D'ATTITUDE PERÇU	ATTITUDE	NOMBRE DE PHARMACIENS
	Disponible	8
Surpris de la demande	2	
Embarrassé	2	
Expéditif	4	
Neutre*	24	

Neutre* : répond à la demande ni plus ni moins

DISCUSSION

Principaux constats

Trois principaux constats ressortent de cette étude exploratoire :

1. Les produits de santé naturels amaigrissants sont largement disponibles et promus dans les grandes bannières de pharmacie.

- 39 des 40 pharmacies communautaires visitées vendaient des produits amaigrissants ;
- 38 pharmacies communautaires faisaient la promotion de produits amaigrissants sur leurs tablettes ;
- Plusieurs bannières et chaînes de pharmacies fabriquent des PSN amaigrissants et les mettent en marché en utilisant leur marque maison.

2. Les pharmaciens peuvent être des acteurs privilégiés pour informer le public au sujet des produits de santé naturels amaigrissants, mais leurs connaissances sont parfois insuffisantes à cet égard.

- Bien que la majorité des pharmaciens (24 sur 40) ait déconseillé le recours aux produits de santé naturels amaigrissants, une dizaine de produits amaigrissants a été suggérée, et ce, même s'il n'existe que peu ou pas de preuves scientifiques de leur efficacité.
- Les risques inhérents à ce type de produits et à leurs interactions avec des médicaments n'ont jamais été abordés lors des quarante consultations (très peu de conseils personnalisés).
- Ces observations concordent avec la littérature. Kwan et ses collaborateurs (2008) ainsi que Dussault (2014) soulignent que la majorité des pharmaciens canadiens avouent avoir peu de connaissance sur les produits de santé naturels autorisés par Santé Canada. Plusieurs autres auteurs soulèvent aussi l'insuffisance de leur niveau de connaissance à ce sujet (O'Donnell et collab., 2006 ; Olatunde, 2008 ; Laliberté et collab., 2012 ; Cordon Madi, 2017). Ainsi, Taing et ses collaborateurs (2016) tracent un parallèle entre le manque de connaissance des pharmaciens au sujet de ces produits et leur manque de confiance pour en discuter ou pour les recommander.
- La présence de produits de santé naturels en pharmacie doit rappeler au pharmacien l'importance d'exercer un rôle de surveillance et de conseiller (Verville, 2016). L'Ordre des pharmaciens du Québec (2016) souligne d'ailleurs que le pharmacien a le devoir de bien informer ses patients sur les produits de santé naturels, sur leur contenu, sur les risques inhérents et sur leurs impacts sur la santé.

- Selon Dussault (2014), le pharmacien devrait aussi noter la consommation de produits de santé naturels dans le dossier de prescriptions du patient.
- Bien que la majorité des pharmacies vende ces produits, il n'existe pas de paramètres précis concernant leur responsabilité par rapport à ces derniers (Olatunde, 2008).

3. En misant sur une formation appropriée, les pharmaciens pourraient jouer un rôle important et complémentaire dans la saine gestion du poids et la promotion des saines habitudes de vie.

- Poutier et ses collaborateurs (2017) suggèrent que le pharmacien interroge le patient sur ses habitudes de vie et qu'il vérifie l'absence de contre-indications avant même de lui vendre un produit amaigrissant.
- Lors des consultations, 35 pharmaciens sur 40 ont offert des conseils de santé portant notamment sur l'alimentation (portions et qualité des aliments) et la pratique d'activité physique. Certains pharmaciens ont formulé un avertissement au sujet de certains effets indésirables des régimes, notamment l'effet yo-yo. Cependant, aucun n'a évoqué l'alcool.
- Comme dans notre enquête, Boulenger et ses collaborateurs (2018) observent aussi que les pharmaciens donnent beaucoup de conseils de santé généraux en lien avec l'activité physique, la nutrition, l'hygiène, le tabagisme et le sommeil.

Par exemple, plusieurs auteurs scientifiques recommandent aux pharmaciens de veiller à ce que leurs patients comprennent que de saines habitudes de vie ne conduisent pas nécessairement à une perte de poids (Unlu, 2016), d'informer leurs patients sur les dangers de certains régimes restrictifs (Clere, 2013) et de les orienter, le cas échéant, vers un nutritionniste ou un médecin, afin de mettre en place un régime personnalisé (Poutier et collab., 2017).

Fait à souligner, seulement 7 pharmaciens sur 40 ont dirigé nos enquêtrices vers un autre professionnel de la santé (le plus souvent un nutritionniste). De plus, selon la perception des enquêtrices, la plupart des pharmaciens accueillaient la requête de perte de poids avec un malaise, ce qui explique des entretiens brefs, peu personnalisés et parfois mal orientés.

Forces et limites de l'étude

Si notre étude exploratoire comporte certaines forces, elle a également des limites à considérer pour l'interprétation des résultats.

Forces :

- **Impartialité** : les enquêtrices se sont efforcées de rester les plus neutres possible durant les consultations et ont mis de côté leur bagage scientifique afin de mieux incarner la cliente ordinaire. Elles ont évité d’orienter le discours et les conseils prodigués par les pharmaciens.
- **Confidentialité** : l’enquête garantit l’anonymat des pharmaciens afin de préserver leur vie privée, la confidentialité des réponses données et la relation professionnel-patient.
- **Innovation** : il s’agit d’une étude novatrice puisque les données sur cette question sont inexistantes au Québec.

Limites :

- **Temporalité** : la collecte des données s’est échelonnée sur 21 jours seulement en raison de la durée du stage de nos enquêtrices, ce qui a limité le nombre de visites de pharmacie.
- **Devis** : le type de devis utilisé était une étude exploratoire qualitative, ce qui ne permet pas de dresser un portrait précis et généralisable. Il s’agit néanmoins d’un bon outil pour soulever des questions et mettre en relief des problèmes. Par ailleurs, des auteurs allèguent qu’en pharmacie, les patients s’informent aussi auprès de non-pharmaciens (caissiers, commis aux ventes, techniciens en pharmacie), ce qui peut impacter sur la pertinence et la justesse des informations véhiculées et induire en erreur (Jordan et collab., 2011 ; Dussault, 2014). La présente étude exploratoire n’a pas considéré les membres du personnel autre que le pharmacien.
- **Taille de l’échantillon** : comme il existait 460 pharmacies communautaires à Montréal au moment de l’enquête (selon le rapport annuel 2017-2018 de l’Ordre des pharmaciens du Québec), l’échantillon était trop petit pour être représentatif. De plus, le choix des pharmacies par convenance (près du métro montréalais) se limitait aux grandes bannières de la région montréalaise. De ce fait, les résultats ne sont pas généralisables et sont à prendre avec réserve.
- **Biais liés aux enquêtrices** :
 - le genre des enquêtrices (féminin), leur âge et leur poids normal ont pu influencer les conseils et l’attitude du pharmacien.
 - Certaines données colligées par les enquêtrices découlaient de leurs perceptions (ex. : attitude du pharmacien).

Saine gestion du poids : un nouveau rôle du pharmacien ?

Plusieurs auteurs rappellent que le pharmacien est un acteur de santé de proximité (Naudin, 2008 ; Geneslay, 2012 ; Machut, 2013 ; O’Neal et Crosby, 2014 ; Cordon Madi, 2017) ; qu’il peut entretenir une relation privilégiée avec les patients et intervenir auprès de ceux qui souhaiteraient améliorer leurs habitudes de vie ou perdre du poids (Machut, 2013 ; Naeem, 2017). En raison de leur place de première ligne dans le système de soins, de leurs heures de travail prolongées et de leur répartition

géographique étendue, les pharmaciens communautaires sont facilement accessibles à une grande portion de la population (Laliberté et collab., 2012).

Les études consultées montrent les pharmaciens, tout comme les médecins et les nutritionnistes manquent d'évidences scientifiques et de connaissances sur les produits de santé naturels pour bien conseiller leur clientèle (Dussault, 2014).

Toutefois, puisque les pharmaciens manquent de temps (O'Donnell et collab., 2006 ; Laliberté et collab., 2012 ; Fakih et collab., 2016 ; Gray et collab., 2016) et d'outils adaptés à leur disposition (Laliberté et collab., 2012), des méthodes crédibles et facilement accessibles leur permettraient de gagner du temps pour rechercher l'information pertinente et pour répondre adéquatement à la demande. Ainsi, il leur faudrait de meilleurs outils pédagogiques sur les produits de gestion du poids pour les soutenir dans ce rôle de personnes-ressources.

À cet égard, selon Taing et ses collaborateurs (2016), les pharmaciens communautaires souhaiteraient approfondir leurs connaissances sur les produits de santé naturels. Le développement d'un programme de formation et de ressources pédagogiques sur les produits amaigrissants pourrait les aider à offrir des conseils de qualité sur leur efficacité, les interactions médicamenteuses, leurs effets indésirables et leurs contre-indications (Um et collab., 2013 ; Fakih et collab., 2015 ; Taing et collab., 2016).

Cela étant, la problématique du poids est complexe et concerne une série d'aspects complémentaires (psychologie, nutrition, comportement, activité physique, médicament, etc.) auxquels le pharmacien ne peut répondre seul. Afin de bien renseigner les patients et de mieux utiliser les ressources en santé, l'ASPQ et plusieurs experts (Um et collab., 2013) encouragent la pratique interdisciplinaire.

Selon l'ASPQ, le pharmacien devrait être en mesure de bien informer son patient sur l'efficacité et la sécurité des produits de gestion du poids.

Une prise en charge adéquate de la gestion du poids par les pharmaciens passe ainsi par :

- **une connaissance approfondie des produits amaigrissants en vente libre ;**
- **une formation continue sur les produits amaigrissants homologués par Santé Canada ;**
- **une pratique interdisciplinaire dans laquelle le pharmacien agit en complémentarité avec d'autres professionnels de la santé et en partenariat avec le patient.**

Vendre ou non des produits de santé naturels amaigrissants en pharmacies ?

Comme démontré dans notre enquête, la majorité des grandes chaînes de pharmacie au Québec offre des étalages garnis de produits de santé naturels amaigrissants homologués par Santé Canada et en fait la promotion. Or, il n'existe pas de produit miracle qui fasse perdre du poids et peu ou pas d'études scientifiques solides, crédibles et concluantes sur l'efficacité de ces produits amaigrissants.

De plus, l'octroi de licences et le numéro de produit naturel (NPN) de Santé Canada peuvent donner l'impression au consommateur que ces produits sont sécuritaires et efficaces (Ogbogu et Necyk, 2016). On ignore d'ailleurs comment les commerçants et les professionnels de la santé qui participent à la commercialisation des produits de santé naturels perçoivent les numéros d'approbation (NPN) des produits et le processus de délivrance de licences pour ces produits par Santé Canada (Ogbogu et Necyk, 2016). Voilà pourquoi la vente de produits naturels amaigrissants en pharmacie ne fait pas l'unanimité.

- D'un côté, certains pensent que les pharmacies communautaires ne devraient pas vendre de tels produits (Andronicou, 2009 ; Hackett et Krska, 2012). Ils rappellent que le code de déontologie des pharmaciens¹¹ indique qu'ils ont le devoir primordial de protéger et de promouvoir la santé et le bien-être de leurs patients. De plus, dans l'exercice de sa profession, le pharmacien doit s'appuyer sur des données scientifiquement acceptables et sur des normes professionnelles reconnues (ce qui n'est souvent pas le cas pour les produits de santé naturels amaigrissants).
- Pour d'autres, au contraire, puisque ces produits sont facilement disponibles sur le Web et dans des magasins à grande surface, il est préférable de les vendre dans un lieu où un professionnel peut offrir des mises en garde ou des conseils judicieux.
- Enfin, certains préféreraient qu'on les retrouve derrière l'officine pour pouvoir offrir un maximum d'information aux consommateurs et empêcher les adolescentes de se procurer ces produits qui sont strictement réservés aux adultes. Il serait intéressant d'approfondir cette réflexion.

Deux études ont également soulevé la double priorité de certains pharmaciens qui oscille entre la gestion d'une entreprise et leurs tâches professionnelles (Olatunde, 2008 ; Jordan et Harmon, 2015).

¹¹ Code de déontologie des pharmaciens : <http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/pdf/cr/P-10,%20R.%207.pdf>

Afin de limiter l'usage et les méfaits possibles des produits amaigrissants, l'ASPQ recommande aux responsables des bannières de pharmacie de :

- **bannir la promotion et les annonces de tous produits amaigrissants (sur leur site Web, dans leurs circulaires, à la télévision, etc., et en succursale) ;**
- **restreindre l'achat et l'accessibilité des produits de santé naturels amaigrissants, en particulier aux personnes de moins de 18 ans ;**
- **renseigner de façon adéquate les consommateurs sur les effets néfastes pour la santé des produits, services et moyens amaigrissants (PSMA)¹².**

¹² Dans la section pour les professionnels du site apparencetrompeuses.ca, l'ASPQ offre gratuitement des outils pour aider les pharmaciens et les autres professionnels de la santé à sensibiliser et à informer leur clientèle sur les PSMA.

Méfiez-vous des apparences trompeuses !

Dans le cadre de la campagne de sensibilisation et d'information *Méfiez-vous des apparences trompeuses !* lancée en 2019, l'ASPQ propose des outils pouvant aider les pharmaciens à accompagner les patients souhaitant maigrir.

**Méfiez-vous des...
Produits minceur**

Ce qu'il faut savoir

- Les produits de santé naturels amaigrissants incluent :
 - les compléments alimentaires (ex. : coupe-faims, diurétiques, laxatifs, brûleurs de graisse, capteurs de graisse, produits « ventre plat », actifs antisucres, modérateurs métaboliques, détoxifiants)
 - les crèmes et les timbres amincisants
 - les produits homéopathiques minceur
- Les études sur les produits minceur les plus populaires n'ont pas réussi à démontrer qu'ils sont efficaces pour la perte de poids au-delà de l'effet placebo¹.
- « Naturel » ne veut pas dire « sain et sans danger ». Plusieurs produits minceur peuvent nuire à votre santé en raison de leurs ingrédients médicinaux et non médicinaux ou de leur interaction avec des médicaments.
- Puisqu'ils sont en vente libre, plusieurs personnes ne mentionnent pas à leur médecin ou pharmacien qu'ils prennent des produits de santé naturels pour maigrir. Ainsi, la plupart des produits minceur sont achetés sans qu'un professionnel de la santé soit consulté ou ait pu informer le consommateur des effets indésirables possibles.

Je veux perdre du poids.

1 On parle de l'effet placebo lorsqu'une personne constate un effet positif en consommant une pilule sans ingrédient médicamenteux. Suite de sucre ou de farine qui agit tout comme un médicament.

apparencetrompeuses.ca

Pour informer les clients sur les risques associés à certains produits, services ou moyens de gestion du poids et sur l'importance de miser sur les saines habitudes de vie plutôt que le poids, des fiches téléchargeables et imprimables sans frais sont mises à leur disposition :

- Méfiez-vous des régimes minceur
- Méfiez-vous des produits minceur
- Méfiez-vous des appareils au laser pour maigrir
- Méfiez-vous des suppléments de protéines pour sportifs
- Méfiez-vous de l'effet yo-yo

De plus, l'ASPQ a produit des capsules vidéo pour sensibiliser le public aux fausses promesses de l'industrie de la gestion du poids et aux risques pour la santé physique et mentale. Elles peuvent être diffusées en succursale gratuitement.

Enfin, le microsite apparencetrompeuses.ca propose diverses ressources pour favoriser l'adoption de saines habitudes de vie dans sa section « *Que faire ?* ». Des signets et des affiches téléchargeables peuvent être utilisés pour faire la promotion du microsite dans la section *Pour professionnels*.

ASPQ
Association des Pharmaciens Québécois

ACCUEIL | À PROPOS | PROFESSIONNELS | NOUS JOINDRE

Anita veut perdre du poids

Méfiez-vous des apparences trompeuses!

- PRODUITS MINCEUR
SILHOUCHOUETTE
EN SAVOIR PLUS
- SERVICES MINCEUR
EN SAVOIR PLUS
- RÉGIMES MINCEUR
LES ÉTOILES
EN SAVOIR PLUS
- PRODUITS POUR MUSCLER
PRO-GROS BRAS
Ensemblement ProMuscle
EN SAVOIR PLUS

QUE FAIRE ?

© ASPQ 2019 CONDITIONS / PARTENAIRES #Balance

CONCLUSION

L'étude exploratoire menée par l'ASPQ montre, tout comme l'enquête journalistique suisse qui l'a inspirée, le caractère fluctuant des conseils offerts sur la gestion du poids en pharmacie. Dans la quarantaine de pharmacies communautaires montréalaises visitées, les enquêtrices n'ont généralement pas bénéficié de conseils personnalisés adaptés à leur condition de santé, leur prise de médication, leur âge, leurs motivations à vouloir perdre du poids, leur poids actuel ou leurs habitudes de vie. De plus, l'offre de produits de santé naturels amaigrissants homologués par Santé Canada est omniprésente dans les pharmacies montréalaises. Certains pharmaciens les ont mis en garde contre les effets néfastes des régimes et des produits amaigrissants, alors que d'autres leur en ont recommandé.

Par conséquent, pour leur permettre de jouer un rôle plus important en promotion de la santé et en saine gestion du poids et pour informer et protéger adéquatement le public, il apparaît primordial de sensibiliser les bannières et propriétaires de pharmacie et de former adéquatement les pharmaciens sur les produits amaigrissants.

RÉFÉRENCES

Andronicou, A., A. Hackett, J. Richards et J. Krska (2009a). Views and use of over-the-counter weight loss products among the general public, *International Journal of Health Promotion and Education*, 47 (2):63-68.

Andronicou, A.-M., J. Krska, A. Hackett et J. Richards (2009 b). Supply of over-the-counter weight-loss products from community pharmacies, *International Journal of Pharmacy Practice*, 17:333-337.

Boulenger, S., A. Motulsky et G. Paré (2018). Fréquence, nature et effets des conseils prodigués par les pharmaciens communautaires au Québec, *Rapport de recherche #18-01*, Chaire de recherche en santé connectée, HEC Montréal, 68 p.

Cazale, L., R.Dufour, L. Mongeau et S. Nadon (2010). *Statut pondéral et utilisation des produits ou moyens amaigrissants*. Dans Institut de la statistique du Québec (ISQ). L'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2008 : pour en savoir plus sur la santé des Québécois. (chapitre 7, 131-158), Québec : Gouvernement du Québec.

Clere, N. (2013). Surpoids, obésité et conseil officinal, *Actualités Pharmaceutiques*, 52 (527) : 39-41.

Cordon Madi, L. (2017). *Les conseils en officine face au surpoids : enquête en Loire-Atlantique et élaboration de fiches-conseils*, Thèse pour le diplôme d'État de docteur en pharmacie, UFR Sciences pharmaceutiques et biologiques, Université de Nantes, 132 p.

Dussault, V. (2014). *Les produits de santé naturels : les perceptions, les pratiques de consultations et les besoins de formation de nutritionnistes du Québec*, Mémoire présenté à la Faculté de médecine en vue de l'obtention du grade de Maîtrise en nutrition, Département de Nutrition, Université de Montréal, 83 p.

Fakih, S., J. L. Marriott et S. Hussainy (2015). A national mailed survey exploring weight management services across Australian community pharmacies, *Australian Journal of Primary Health*, 21: 197-204.

Fakih, S., J. L. Marriott et S. Hussainy (2016). Employing the nominal group technique to explore the views of pharmacists, pharmacy assistants and women on community pharmacy weight management services and educational resources, *International Journal of Pharmacy Practice*, 24:86-96.

Geneslay, A. (2013). *Intérêt des compléments alimentaires à base de plante, dans les régimes amaigrissants*, Thèse pour le diplôme d'État de Docteur en pharmacie, Université d'Angers, U.F.R. des sciences pharmaceutiques et d'ingénierie de la santé, 223 p.

Gray, L., R. Chamberlain et C. Morris (2016). "Basically you wait for an 'in'" : community pharmacist views on their role in weight management in New Zealand, *Journal of Primary Health Care*, 8(4):365-371.

Green, B. N., C. D. Johnson et A. Adams (2006). Writing narrative literature reviews for peer-reviewed journal: secrets of the trade, *Journal of Chiropractic Medicine*, 5(3):101-117.

Hackett, A. et J. Krska (2012). Is it time to regulate over-the-counter weight-loss formulations?, *International Journal of Pharmacy Practice*, 20:199-202.

Hiller-Brown, F., C. Bambra, K. Thomson, M. Balaj, N. Walton et A. Todd (2017). The effects of community pharmacy public health interventions on population health and health inequalities: a systematic review of reviews protocol, *Systematic Reviews*, 6:176.

Jordan, M. A., K. Foster, A. Gandhi, N. Mohebbi et L. Tehrani (2011). Assessment of herbal weight loss counseling provided to patients by pharmacists and nonpharmacists in community settings, *Journal of the American Pharmacists Association*, 51(4):499-509.

Jordan, M. A. et J. Harmon (2015). Pharmacist intervention for obesity : improving treatment adherence and patient outcomes, *Integrated Pharmacy Research and Practice*, 4:79-89.

Kwan, D., H. S. Boon, K. Hirschhorn, S. Welsh, T. Jurgens, L. Eccott, S. Heschuk, G. G. Griener et J. C. Cohen-Kohler (2008). Exploring consumer and pharmacist view on the professional role of the pharmacist with respect to natural health products: a study of focus group, *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 8:40.

Laliberté, M.-C., S. Perreault, N. Damestoy et L. Lalonde (2012). Ideal and actual involvement of community pharmacists in health promotion and prevention: a cross-sectional study in Quebec, Canada, *BMC Public Health*, 12:192.

Machut, A. (2013). *Régimes amaigrissants : place de la phytothérapie et du conseil officinal : étude de 3 plantes en particulier*, Sciences pharmaceutiques, 124 p.

Naudin, G. (2008). *Le conseil « minceur » en officine : résultats d'une enquête auprès des pharmacies de Meurthe-et-Moselle*, Thèse présentée et soutenue publiquement pour obtenir le diplôme d'État de Docteur en pharmacie, Université Henri Poincaré – Nancy 1, 120 p.

Naeem, S. (2017). Role of pharmacists in obesity management, *Journal of Pharmacy Practice and Community Medicine*, 3(3): 191-193.

O'Donnell, D. C., C. M. Brown et H. B. Dastani (2006). Barriers to counseling patients with obesity: a study of Texas community pharmacists, *Journal of the American Pharmacists Association*, 46(4):465-471.

Ogbogu, U. et C. Nocyk (2016). Community pharmacists' view and practices regarding natural health sold in community pharmacies, *PlosOne*, DOI: 10.1371/journal.pone.0163450.

O'Neal, K. S. et K. M. Crosby (2014). What is the role of the pharmacists in obesity management?, *Current Obesity Reports*, 3:298-306.

Olatunde, S. (2008). *Roles and responsibilities of pharmacists with respect to natural health products: stakeholder interviews*, Thesis submitted in conformity with the requirements for the degree of Master of Science Graduate Department of Pharmaceutical Sciences, University of Toronto, 119 p.

Ordre des pharmaciens du Québec (OPQ) (2020). *Produits de santé naturels*, [En ligne] <http://blogue.opq.org/2016/06/28/produits-sante-naturels-danger/>

Ordre des pharmaciens du Québec (OPQ) (2016). Produits, services et moyens amaigrissants — Bien informer vos patients, Le magazine d'information de l'Ordre des pharmaciens du Québec, *L'interaction*, 5 (2):18.

Picard, N. (2006). Régimes amaigrissants. Mieux vaut écouter sa faim, *Sciences & Vie*, 1187:108-111.

Poutier, A., C. Ung, S. Delhumeau et Y. Hamidi (2017). Le rôle du pharmacien dans la prévention de l'obésité, *Actualités Pharmaceutiques*, 56 (566):25-29.

Taing, M.-W., E. Tze Xin Tan, G. M. Williams, A. E. Clavarino et T. M. McGuire (2016). Herbal and nutrient complementary medicines for weight loss: community pharmacists' practices, attitudes, recommendations, information and education needs, *International Journal of Pharmacy Practice*, 24:160-169.

Um, I. S., C. Armour, I. Krass, T. Gill et B. B. Chaar (2013). Weight management in community pharmacy: what do the experts think?, *International Journal of Clinical Pharmacy*, 35(3):447-454.

Unlu, N. (2016). *Surpoids, régimes amaigrissants et produits minceur : évaluations, mises en garde et conseils du pharmacien d'officine*, Thèse présentée à la Faculté de Pharmacie pour l'obtention du diplôme d'État de Docteur en Pharmacie, Université de Lorraine, 109 p.

Verville, V. (2016). Produits de santé naturels – L'importance de peser le pour et le contre, Le magazine d'information de l'Ordre des pharmaciens du Québec, *L'interaction*, 5 (4):6-10.

ANNEXE I

Grille d'observation					
Date					
Qui :	A= enquêtrice 1		B= enquêtrice 2		
Heure de la visite	A= matin	B= après-midi	C = soir		
Nom de la pharmacie	A= Pharmaprix B= Pharmacie Jean Coutu C= Familiprix D= Brunet		E= Uniprix F= Proxim G= Acces Pharma (Walmart) H = Centre Santé (Provigo/Maxi)		
Adresse postale					
Nom du pharmacien.ne	0 = pharmacien		1= pharmacienne		
Nom du pharmacien.ne	0= Non 1= Oui				
Âge approximatif (ans)	A=20-29	B= 30-39	C= 40-49	D= 50-59	E= 60-69
Référence à un autre intervenant	Oui = 1		Non =0		
Conseils de santé publique	Messages de prévention Oui = 1 Non =0 - saine alimentation - heures de sommeil - activité physique – éviter l'alcool - boire de l'eau – éviter la cigarette - éviter les PSN amaigrissants				
Suggestions à d'autres ressources	Oui = 1 Non =0 - TIC - Guide alimentaire canadien				
Questions posées	Raison pour perdre du poids Oui = 1 Non =0 Première tentative Oui = 1 Non =0 Âge Oui = 1 Non =0		Prise de médicaments Oui = 1 Non =0 Problèmes de santé Oui = 1 Non =0 Autres Oui = 1 Non =0		
Produits suggérés (noms des PSN amaigrissants)	Oui = 1 PSNGP:		Non =0		

Coût total déboursé	A= < 25 \$	B= 25-50 \$	C= 51-75 \$	D= > 76 \$	
Temps d'attente	A= < 5 min	B= 5-10 min	C= 10-20 min	D= 20-40 min	E= >40 min
Durée de la consultation	A= < 5 min	B= 5-9 min	C= 10-14 min	D= >15 min	
Présence de PSN amaigrissants dans la pharmacie	Oui = 1		Non =0		
Présence de promotion de PSN amaigrissants	Oui = 1		Non =0		

Commentaires :

À PROPOS DE L'ASSOCIATION POUR LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC (ASPQ)

Historique

Fondée en 1943 sous le nom de Société des hygiénistes de la province de Québec, l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) regroupait alors des médecins, des infirmières et des hygiénistes. En 1974, elle adopte son nom actuel et ouvre ses portes à des gens provenant tant des sciences humaines et sociales que des sciences de l'éducation, sans oublier le secteur communautaire. Elle accueille également des citoyens engagés et des partenaires.

Notre mission

L'ASPQ regroupe citoyens et partenaires pour faire de la santé durable, par la prévention, une priorité.

Notre vision

La santé durable pour tous !

L'ASPQ soutient le développement social et économique par la promotion d'une conception durable de la santé et du bien-être. La santé durable s'appuie sur une vision à long terme qui, tout en fournissant des soins à tous, s'assure aussi de les garder en santé par la prévention.

La santé durable, c'est notamment...

Débuter sa vie dans une famille chaleureuse, attentive et aimante • respirer un air de qualité • vivre dans un logement adéquat • évoluer dans un environnement sécuritaire où il fait bon vivre • participer à la vie économique et en tirer un juste revenu • avoir accès à une nutrition saine et en quantité suffisante • profiter d'un environnement qui favorise l'activité physique • avoir accès à l'éducation et au développement continu des compétences • vivre dans la joie et le sentiment de contrôle de sa vie • vivre dans une société ouverte, sans discrimination • participer aux décisions qui nous concernent • bénéficier d'un système de soins accessibles • avoir accès à des soins palliatifs de qualité et pouvoir mourir dignement.

Dans son énoncé de position [Bâtir la santé durable au 21e siècle](#), l'ASPQ a identifié sept défis de santé :

1. la hausse des coûts de soins de santé
2. l'augmentation des maladies chroniques
3. le vieillissement de la population
4. les impacts négatifs des changements climatiques
5. l'accroissement des inégalités sociales
6. la baisse du niveau de littératie
7. l'égalité hommes-femmes



ASSOCIATION POUR LA SANTÉ
PUBLIQUE DU QUÉBEC

4529 rue Clark, bureau 102
Montréal (Québec) H2T 2T3
514-528-5811
www.aspq.org

