

Santé: une fiche pour soutenir les prescriptions de nature

La Revue médicale suisse publie une infographie sur la prescription verte, « stratégie de promotion de la santé mentale et physique et de prévention des maladies basée sur les bienfaits de la nature et de la biodiversité ».



La Revue médicale suisse propose aux professionnel·les de la santé une rubrique « Infos patients », dans laquelle se trouvent des infographies destinées à la patientèle, à télécharger gratuitement. Ces affichettes sont regroupées en une douzaine de thématiques, de la gynécologie aux addictions, du sommeil aux maladies infectieuses ou au quotidien.

Dans ce cadre, elle vient de publier « La prescription verte », un document qui détaille ce concept : « La prescription verte est une stratégie de promotion de la santé mentale et physique et de prévention des maladies basée sur les bienfaits de la nature et de la biodiversité. Elle consiste à prescrire des activités de la vie quotidienne dans un environnement naturel propice à l'activité physique, à la détente et à la socialisation, comme un parc ou une forêt. » ^[1]

L'infographie mentionne les effets bénéfiques de l'exposition aux espaces verts dans divers champs de la santé, comme la santé mentale, le système immunitaire, la santé cardiovasculaire et métabolique ou encore la grossesse. Elle donne également six recommandations aux médecins pour qu'elles et ils puissent aider leurs patient·es à « mettre plus de vert » dans leur quotidien.

Les précédentes « Infos patients » portaient notamment sur la réduction de la consommation des médicaments, la stéatose hépatique (ou « maladie du foie gras »), la réduction de l'utilisation des écrans, l'hyperthyroïdie, les traitements naturels ou encore l'activité physique.

(CROC)

^[1] [Voir les « Infos patients »](#)