

Esther Waeber-Kalbermatten, Conseillère d'Etat
Cheffe du Département de la santé, des affaires sociales et de la culture

Congrès medical Quadrimed 2020

« Notre pain quotidien » - Nutrition et santé

Jeudi 30 janvier 2020, 18h15, Le Régent, Crans-Montana

Sehr geehrte Frau Dr. med. Simona Mateiciuc
Leutke, Präsidentin Quadrimed 2020

Mesdames, Messieurs les membres de la
Direction des trois cliniques du Haut-Plateau et
Organisateurs de cet important Congrès,

Werter Herr Kollege Mauro Poggia, Staatsrat des
Departements für Sicherheit, Arbeit und
Gesundheit des Kantons Genf

Mesdames, Messieurs, les participants du
Congrès

Als Vorsteherin des Gesundheitsdepartementes
des Kantons Wallis ist es mir eine Freude, Sie am
Eröffnungsabend des diesjährigen Quadrimed-
Kongresses an diesem wunderschönen Ort
begrüssen zu dürfen.

Dieses Jahr handelt Quadrimed von «Unserem täglich Brot», von Ernährung und Gesundheit. Ein sehr wichtiges und spannendes Thema!

«Unser täglich Brot» - Dieser Begriff erinnert mich an das Tischgebet meiner Grossmutter. Dieses Gebet war für sie bedeutungsvoll. Im Wallis ist dies eine kollektive Erinnerung an die Zeit als im 19. Jahrhundert Hungersnot herrschte und viele Walliserinnen und Walliser auswandern mussten.

Diese Zeiten sind bei uns vorbei und heute können wir uns ausreichend und gesund ernähren.

Weltweit jedoch leiden gemäss UNO 2017 immer noch mehr als 800 Millionen Menschen an Hunger. Ein Problem, das meiner Ansicht nach von der globalen Gemeinschaft dringend angegangen werden muss.

Zurück zum Kongressthema:

Ich bin davon überzeugt: was wir essen, hat nicht nur einen Einfluss auf unsere körperliche Gesundheit, sondern auch auf unser psychisches Wohlbefinden.

Oder wie Winston Churchill sagte:

«Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen. »

Ich denke, dass eine gesunde Ernährung stark mit einer ausgewogenen Ernährung und einem guten Mass zusammenhängt. Ob Churchill auch dies im Sinne hatte, lasse ich jetzt einmal offen.

Vous le savez tous : une mauvaise alimentation et la sédentarité sont des facteurs de risque importants pour les principales maladies non-transmissibles, telles que cancers, maladies cardio-vasculaires et diabète.

C'est pourquoi le Conseil d'Etat valaisan a défini l'alimentation et le mouvement comme des priorités dans le programme cadre de promotion de la santé 2019-2022. L'objectif est d'encourager la population à adopter des modes de vie sains consistant notamment en une alimentation équilibrée et en la pratique d'une activité physique régulière.

S'agissant du diabète, il touche environ 5% de la population. La prévalence augmente à 10% chez les personnes de plus de 65 ans. Le diabète est une maladie silencieuse. C'est pourquoi on estime qu'1/3 des personnes touchées ignorent qu'elles en sont atteintes.

Notre stratégie cantonale en matière de diabète se réalise à travers le programme « Action Diabète ».

Ce projet a en effet été sélectionné par Promotion Santé Suisse parmi une centaine de projets et reçoit un financement de 2 millions sur 4 ans. Il a démarré en janvier 2019 et se terminera fin 2022.

Les objectifs du projet sont d'améliorer la qualité de la prise en charge des patients diabétiques, de prévenir l'apparition du diabète ou des complications qui y sont liées, et ainsi d'avoir un impact sur les coûts qu'il entraîne.

Un accent est également mis sur la prévention de l'obésité.

L'obésité, en augmentation en Valais comme en Suisse, est un facteur de risque important pour la santé. Elle favorise l'apparition du diabète, de l'hypertension artérielle, de l'hypercholestérolémie et peut provoquer des maladies cardiovasculaires et certains cancers.

En 2017, par exemple, 16 % des enfants valaisans étaient en surpoids. Le Centre alimentation et mouvement de Promotion santé Valais mène actuellement une campagne auprès des jeunes pour promouvoir une image et une perception saines du corps. La perception positive du corps est importante et peut être apprise et ancrée dès le plus jeune âge.

Cinq messages clés sont actuellement intégrés au niveau des programmes d'action cantonaux afin de promouvoir :

1. L'acceptation de la diversité des images corporelles
2. La prise de conscience de l'unité du corps et de l'esprit
3. L'équilibre entre le travail et les loisirs
4. Une perception consciente du corps via tous les sens
5. Un mode de vie sain en lien avec son propre corps

Sachant que les effets d'une image corporelle négative ont été démontrés sur la santé psychique et physique des adolescent-e-s, je trouve important de soutenir le développement d'une image corporelle positive chez les enfants et adolescents.

Après ces propos sur les questions de nutrition et de santé qui nous préoccupent actuellement en Valais, je vous remercie pour votre engagement quotidien en faveur du bien-être de la population.

Enfin, je vous souhaite à toutes et tous un congrès intéressant.

Peut-être trouverez-vous aussi le temps de faire du bien à votre corps, afin que votre âme ait envie d'y habiter.