

Bien-être et santé

Définitions

L'épanouissement de tous les êtres humains est leur droit à mener « une vie saine et productive en harmonie avec la nature » (Sommet de Rio, 1992). Il s'agit également d'un principe républicain énoncé dans le préambule de la Constitution de 1946 : « La Nation assure à l'individu et à la famille les conditions de leur développement ».

Le bien-être

L'épanouissement humain est intrinsèquement lié à la notion de bien-être, défini comme un état agréable résultant de la pleine **satisfaction des besoins** du corps et de l'esprit. L'**aspect physiologique** du bien-être regroupe la satisfaction des besoins fondamentaux (nourriture, eau, logement décent,...) ainsi que la santé. L'**aspect psychologique** est, quant à lui, l'accumulation de satisfactions diverses au niveau social, professionnel ou autre. Cet aspect se trouve être totalement personnel et, de ce fait, subjectif. On parle à ce moment-là plutôt de sentiment de bien-être.

En définitive, l'épanouissement de tous se doit de répondre à la satisfaction des besoins fondamentaux et de permettre l'accès à des biens et services essentiels comme ceux de la santé. Mais il se doit également de satisfaire des besoins moins fondamentaux comme l'intégration à des démarches participatives ou l'accès à l'éducation et à la culture.

La santé

En médecine, la santé est considérée comme un état physiologique, c'est-à-dire, un état de l'organisme. Cet état est influencé par des facteurs comme :

l'hygiène,
l'alimentation,
le mode de vie,
l'environnement.

Toutefois, dans sa Constitution, l'Organisme mondial de la santé (OMS) considère la santé de façon plus étendue : « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Il semble ainsi évident que la santé au sens large et le bien-être sont des notions intimement liées, la santé représentant un aspect primordial du bien-être humain et un droit fondamental.

Mesure du bien-être

Le sentiment de bien-être est une notion très influencée par le **climat socio-économique et politique**. Étant en partie subjectif, il est cependant extrêmement **difficile à mesurer**. Il est même parfois délicat d'avoir un effet sur ce ressenti totalement personnel imputable à de multiples facteurs parmi lesquels la personnalité ou l'éducation reçue. Malgré son aspect subjectif, il est possible de tenter d'appréhender et de mesurer ce bien-être notamment concernant les questions d'ordre physique ou d'accès à certains biens ou services.

Facteurs influant sur le bien-être

Actuellement, on observe un nombre grandissant de disparités en matière de bien-être, que cela soit entre les différents pays ou à l'intérieur d'un même pays. Les problématiques de bien-être et d'épanouissement sont donc primordiales et il convient de mettre l'aspect humain au cœur des réflexions, au même titre que la biodiversité ou le changement climatique.

Entre territoires, ces disparités sont majoritairement dues aux différences de développement des pays dont le bien-être est tributaire. Les habitants des pays peu ou pas développés ont généralement un bien-être moindre que ceux des pays émergents ou développés. C'est particulièrement le cas en matière de **santé** et d'**éducation**.

À l'intérieur d'un même territoire, les disparités de bien-être sont fréquemment attribuables aux **différences socio-économiques**.

Santé

Indissociable du bien-être, la santé est un enjeu primordial du développement humain. Elle est soumise aux politiques menées dans un grand nombre de domaines : environnement, agriculture, industrie, commerce... Toutes ces politiques sont dépendantes du **modèle socio-économique** dans lequel nous vivons et des aspirations de chacun.

On comprend donc que mener une politique de santé durable passe d'abord par la réduction des facteurs à l'origine des inégalités sanitaires mais il est également nécessaire de prendre en compte les **risques sanitaires**. Ces risques, immédiats ou à long terme, auxquels la santé publique sera probablement exposée, sont de réelles préoccupations.

La dégradation de l'environnement, la perte de biodiversité et les changements climatiques représentent des risques sanitaires

environnementaux qui peuvent avoir de nombreuses et graves conséquences sur la santé. Les pollutions de l'eau et de l'air représentent, en effet, un risque sanitaire important, particulièrement sur le long terme, puisqu'elles augmenteraient le risque de maladies cardiovasculaires et respiratoires. La qualité de l'air, intérieur comme extérieur, et la qualité de l'eau se trouvent être des enjeux majeurs de la santé publique. Il semble ainsi essentiel d'adopter une approche globale et transversale afin de préserver l'environnement et les ressources qui impactent directement notre santé

Accès à l'éducation

Afin de mieux anticiper les changements actuels et à venir, faire face à la globalisation croissante, aux mutations des sociétés et à l'accélération des modes de communication, il est impératif de développer des connaissances et des compétences spécifiques. C'est un élément indispensable au bon fonctionnement de la démocratie, l'un des préalables à l'épanouissement humain et un gage d'adaptation aux évolutions à venir. L'égal accès à l'éducation est ainsi un enjeu pour tous : il permet aux citoyens de s'épanouir personnellement, de s'intégrer socialement en prenant part à la société.

Enjeux pour l'avenir

Malgré sa complexité, des réponses peuvent être amenées à la discussion autour du bien-être et de l'épanouissement humain. En premier lieu sur les aspects psychologiques, par l'accès à une éducation de qualité, à un patrimoine culturel, à des pratiques de loisirs ou sportives, comme par la promotion de conditions de travail convenables.

L'éducation et la formation permettent aux citoyens d'obtenir les clés et les outils pour faire des choix éclairés concernant les problématiques auxquelles ils vont faire face dans les années à venir. Faciliter l'accès à l'éducation tout au long de la vie, à une formation de qualité et enseigner à chacun des pratiques écoresponsables constituent ainsi des conditions indispensables à la concrétisation d'un développement durable.

Dans un second temps, une réflexion sur les aspects physiques peut également être amorcée. Pour exemple, la réflexion concernant la problématique de l'eau.

De la même manière, la capacité alimentaire (capacité à s'assurer que le système alimentaire est en mesure d'approvisionner quantitativement et qualitativement la population de façon durable) deviendra une question centrale dans les années à venir notamment face à la forte croissance démographique.

Enfn, offrir un cadre de vie agréable et sain permet de contribuer au bien-être et à l'épanouissement humain, sur un plan sanitaire comme esthétique. Les modes d'action en ce sens sont nombreux : décisions d'urbanisme, amélioration de la qualité des milieux (eau, air, sols), réduction des nuisances. Pour cela, des schémas de cohérence territoriale (SCoT) ou encore des plans locaux d'urbanisme (PLU) sont mis en place puisque l'aménagement du territoire se révèle un élément capital.

En finalité, il est nécessaire, à travers la question du bien-être, de s'interroger sur la place de chacun dans la société, sur soi et son rapport avec les autres et la nature.