

AVRIL 2025

VOTRE M@GAZINE D'INFORMATION MUTUALISTE

## ASTHME ET QUALITÉ DE L'AIR



## CONNAISSEZ-VOUS LES TND ?



## PRÉVENTION BUCCO-DENTAIRE

LA CLÉ  
D'UNE BONNE SANTÉ !



Mipss

La mutuelle de la Sécu

Auvergne

## ACTU >

### 3 QUOI DE NEUF ?

- > Mieux connaître le dispositif « 100% Santé »
- > En cas de changement de compte bancaire !
- > En cas de déménagement
- > Erratum
- > Documents contractuels à jour



DOSSIER  
SANTÉ >  
4/5

## INFO SANTÉ >

### 6 LES TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT

## INFO SANTÉ >

### 7 ASTHME ET QUALITÉ DE L'AIR !

## INFO SOCIAL >

### 8 FAKE NEWS EN SANTÉ

## BRÈVES SANTÉ >

- ### 9
- > Les Écologistes proposent une « Sécurité Sociale alimentaire »
  - > Hausse de la taxe soda
  - > Fruits et légumes : une fracture générationnelle inquiétante

## LE DOSSIER >

### 10 AUTOUR DE NOUS >

### 11



DANIEL  
GENEIX

> Président  
de la MIPSS

## #ÉDITO

### PAS DE THERMOMETRE, PAS DE FIEVRE

Notre système de santé et nos mutuelles sont toujours autant **malmenés** par nos gouvernants : un « *coup de gueule* » contre la probable augmentation de la Taxe Spéciale sur les contrats d'Assurance aurait peut-être été de circonstance. Mais faut-il sans cesse répéter ici nos attentes et nos griefs, sous prétexte que rien ne change ?

Nos inquiétudes « *nationales* » sont supplantées par des craintes « *internationales* » vis-à-vis de la guerre éclair, ô combien sidérante, menée contre la **science** par la nouvelle administration américaine !

Les licenciements massifs de fonctionnaires ou encore les blocages de financement, brutalement mis en œuvre sous prétexte de réduire les dépenses fédérales, auront rapidement des conséquences **graves** sur les activités de recherches américaines mais aussi internationales, au point de **mettre en péril** l'avenir de la science et de la **santé publique**.

Ainsi, les dommages causés à la collecte et à l'interprétation des données météorologiques **affaibliront** la capacité collective à prévoir le temps, à anticiper les tempêtes soudaines et destructrices et donc à protéger les vies et les biens (des américains comme des populations des autres régions de la planète).

Une autre dimension encore plus inquiétante de cette opération s'est manifestée par un improbable retour de la **censure scientifique**, sous la forme très explicite de la publication officielle d'une liste de termes déclarés incompatibles avec des financements publics et ne devant donc plus être utilisés dans les recherches et les documents de travail : climat, pollution, injustice, handicap, femme, genre, équité, diversité, inclusion, inégalités, ségrégation, victimes, ...

Par tous les moyens, l'administration Trump entend supprimer le thermomètre pour faire croire qu'il n'y a pas de fièvre ! Ces attaques directes du fondement de la recherche scientifique montrent la fragilité de la liberté académique si précieuse pour nourrir le savoir mais aussi pour mesurer les conséquences des évolutions techniques.

Selon l'historien des sciences, Robert Proctor, nous entrons dans « *l'âge d'or de l'ignorance* », marqué par une forme de lutte active contre l'établissement des faits, par exemple sur la réalité du réchauffement climatique ou encore sur les mécanismes à l'œuvre dans les injustices sociales. Quand tout n'est plus qu'affaire d'opinion, quand les certitudes remplacent les études, quand l'avis de l'expert ne vaut pas plus que celui de monsieur tout-le-monde, le débat démocratique éclairé est entravé voire empêché.

Directeur de la publication : Daniel Geneix  
Comité de Rédaction du M@g :  
Robert Baclet / Josiane Brouette  
Daniel Geneix / Dominique Verdera  
Rédacteur en chef : Christophe Boissonnade  
Conception, création : Olivier Hochart

Crédit-photos : Shutterstock  
Impression : CIA Bourgogne  
Imprimé à : 700 ex  
Diffusé à : 700 ex  
Périodicité : semestrielle  
ISSN : 2112-4191

## MIEUX CONNAÎTRE LE DISPOSITIF « 100% SANTÉ »

Depuis 2020, l'offre «100 % Santé» (ou « Reste à charge 0 » ou « RAC 0 ») vous permet d'être entièrement remboursé par votre mutuelle (qui supporte l'essentiel de la charge) et par l'Assurance Maladie, pour des actes ou équipements en dentaire, optique et audiologie..

Paradoxalement, le dispositif est encore méconnu d'une partie de nos adhérents et dénigré par certains professionnels, notamment en optique. Il est important de savoir que :

- le « 100% Santé » est accessible à tous nos adhérents et pèse désormais 20% des remboursements effectués par la MIPSS Auvergne
- il ne doit pas être confondu avec le « Remboursement à 100% ALD » qui ne concerne que les patients reconnus en « Affection de Longue Durée » par la CPAM et est limité au ticket modérateur du seul traitement de cette maladie
- les spécifications techniques générales des verres «100% Santé» sont les mêmes que celles des verres à tarif libre et ou encore que les audioprothèses intra-auriculaires, mini contours d'oreille et contours d'oreille font partie de l'offre « 100% Santé » et qu'il s'agit de produits fiables et qualité permettant de corriger tous types de perte auditive (légère à profonde)
- le chirurgien-dentiste, l'audioprothésiste comme l'opticien sont tenus par la réglementation de présenter à chaque patient un devis normalisé qui inclut une proposition d'équipement éligible au « 100% Santé » (classe 1) ;
- pour analyser le discours d'un professionnel (notamment en optique et en audiologie), il ne faut pas oublier que ce dernier doit supporter une marge financière réduite sur les équipements éligibles au 100% Santé.
- le logo «100% Santé», présent au recto de la carte, confirme que votre mutuelle prend en charge les équipements optiques, les aides auditives et les prothèses dentaires relevant de ce périmètre : présentez votre carte au professionnel de santé.

Pour en savoir plus : [https://mipss-auvergne.fr/index\\_100sante.php](https://mipss-auvergne.fr/index_100sante.php)



### EN CAS DE CHANGEMENT DE COMPTE BANCAIRE



Pour éviter une rupture dans vos remboursements et dans le prélèvement de vos cotisations, envoyez votre nouveau RIB à votre mutuelle. Vos nom et prénoms doivent être lisibles sur ce nouveau relevé. Nous sommes susceptibles de vous recontacter pour vérifier que vous êtes à l'origine de la démarche.

### EN CAS DE DÉMÉNAGEMENT



Vos relevés de remboursements, votre magazine semestriel ou encore votre carte d'adhérent mutualiste vous sont adressés à votre domicile. En cas de changement d'adresse postale, pensez à nous en informer rapidement pour permettre un bon acheminement de vos documents.

### DOCUMENTS CONTRACTUELS À JOUR

Pensez à accéder au site internet de votre mutuelle (<https://mipss-auvergne.fr>) pour consulter la dernière version des Statuts, du Règlement Mutualiste et des notices d'information.

### ERRATUM

Une erreur s'est glissée au bas de la partie intérieure de la carte d'adhérent : la chambre particulière (CHAM) est limitée à 40 jours par année mobile (et non plus à «30 jours par motif de séjour»).

## LE CHAÎNON MÉCONNU DE NOTRE SANTÉ GLOBALE



Un sourire éclatant est souvent perçu comme un simple atout esthétique. Pourtant, la santé bucco-dentaire joue un rôle fondamental dans l'équilibre général de l'organisme. Les découvertes scientifiques récentes établissent des liens étroits entre les affections dentaires et des maladies systémiques, redéfinissant ainsi la prévention en santé.



### I DES GENCIVES AUX ARTÈRES : UN PARCOURS INSOUÇONNÉ

La bouche héberge naturellement plus de 700 espèces de bactéries. Si leur présence est généralement bénigne, un déséquilibre dû à une hygiène insuffisante peut favoriser l'inflammation des gencives. Celles-ci créent alors une porte d'entrée pour ces bactéries dans la circulation sanguine.

Selon un rapport de l'**Organisation Mondiale de la Santé (OMS)**, les bactéries pathogènes buccales peuvent franchir la barrière gingivale et atteindre des organes distants via le sang, favorisant ainsi des processus inflammatoires chroniques. Une étude publiée dans le *Journal of the American Heart Association* a révélé que les personnes atteintes de parodontite ont un risque doublé de développer une maladie cardiovasculaire. En cause : l'inflammation des parois artérielles qui favorise la formation de plaques d'athérome, augmentant le risque d'infarctus et d'AVC.

Face à ces constats, la **Fédération Européenne de Parodontologie (EFP)** recommande d'intégrer le dépistage des maladies parodontales dans la prévention des maladies cardiovasculaires, une démarche qui commence à être adoptée par certains centres hospitaliers.

### I LE CERCLE VICIEUX DU DIABÈTE

La relation entre diabète et santé bucco-dentaire illustre parfaitement l'interconnexion des systèmes physiologiques. Selon la **Fédération Internationale du Diabète (FID)**, une hyperglycémie prolongée affaiblit les défenses immunitaires et favorise le développement des infections gingivales. En retour, ces infections chroniques génèrent une inflammation systémique qui perturbe l'action de l'insuline, rendant le contrôle glycémique plus complexe.

L'**Assurance Maladie** rappelle que les personnes diabétiques ont trois fois plus de risques de souffrir de parodontite sévère. Cependant, une étude menée par l'**Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM)** a démontré qu'un traitement parodontal efficace pouvait améliorer le contrôle glycémique, réduisant de 0,4 % le taux d'hémoglobine glyquée (HbA1c), un marqueur clé du diabète.

# I UNE PISTE VERS LES MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES

Des recherches récentes suggèrent un lien entre infections bucco-dentaires et maladies neurodégénératives. Une équipe de l'Université de Bergen (Norvège) a mis en évidence la présence de *Porphyromonas gingivalis*, bactérie responsable de la parodontite, dans le cerveau de patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

Ces bactéries produisent des enzymes appelées gingipaines, capables d'interagir avec les protéines impliquées dans la formation des plaques amyloïdes caractéristiques de la maladie. Si ces résultats

## I LA PRÉVENTION À CHAQUE ÂGE : UN INVESTISSEMENT POUR LA VIE DES ADHÉRENTS

### DE LA NAISSANCE À L'ADOLESCENCE : POSER LES BASES

L'hygiène bucco-dentaire doit être instaurée dès l'apparition des premières dents. Selon la Haute Autorité de Santé, la prévalence des caries chez les jeunes enfants varie entre 10 % et 15 % avant l'âge de 3 ans, et atteint 20 % à 30 % chez les 4-5 ans.

Le Ministère de la Santé et de la Prévention recommande :

- Un nettoyage des gencives avec une compresse humide dès la naissance,
- Une brosse à dents adaptée et un dentifrice fluoré dès l'âge de 2 ans,
- Une supervision parentale du brossage jusqu'à environ 7-8 ans.

L'adolescence étant une période charnière, l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire (UFSBD) souligne l'importance d'un suivi renforcé, notamment pour les jeunes sous traitement orthodontique.

### L'ÂGE ADULTE : VIGILANCE FACE À L'ENNEMI SILENCIEUX

Les maladies parodontales s'installent souvent de manière indolore, ce qui retarde leur diagnostic. Or, des signes tels que des saignements gingivaux, une haleine persistante ou une mobilité dentaire doivent alerter.

Une visite annuelle chez le dentiste permet d'identifier

précocement ces affections et d'en limiter les conséquences. Selon l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire (UFSBD), les gestes de prévention essentiels reposent sur trois piliers :

- Deux brossages quotidiens de deux minutes avec la bonne technique,
- Un nettoyage interdentaire (fil dentaire ou brossettes adaptées),
- Une alimentation équilibrée, limitant le sucre et l'acidité.

### LA MATURITÉ : PRÉSERVER SON CAPITAL DENTAIRE

Avec l'âge, la sécheresse buccale liée à certains traitements médicamenteux et la récession gingivale augmentent les risques de caries et d'infections. Les restaurations dentaires (couronnes, bridges) nécessitent également un suivi spécifique.

L'édentement, même partiel, a des conséquences sur la nutrition et la santé psychologique, souligne certains spécialistes car il peut entraîner une diminution de la consommation de certains aliments et affecter la qualité des interactions sociales. Des solutions existent pour adapter l'hygiène aux besoins spécifiques des seniors, comme l'utilisation de brosses électriques, de brossettes interdentaires ou de substituts salivaires en cas de sécheresse buccale.

## I BIEN CHOISIR SON DENTIFRICE : LES SUBSTANCES À ÉVITER

Au-delà des techniques de brossage, la qualité des produits utilisés est essentielle. Certaines substances présentes dans les dentifrices sont controversées d'après 60 millions de consommateurs :

- **Le triclosan** : un antibactérien soupçonné de perturber le système endocrinien.
- **Le dioxyde de titane (E171)** : utilisé pour blanchir les dentifrices, il est suspecté d'effets cancérigènes et a été interdit dans l'alimentation dans certains pays.
- **Les sulfates (Sodium Lauryl Sulfate - SLS)** : ils procurent une mousse abondante mais peuvent être irritants pour les muqueuses.
- **Le 1,4-dioxane** : un sous-produit de certains agents moussants, classé comme cancérigène possible pour l'homme.

Pour une protection optimale, l'UFSBD recommande un dentifrice contenant entre 1000 et 1500 ppm de fluor pour renforcer l'émail et prévenir les caries.

## I L'ACCÈS AUX SOINS : COMPRENDRE POUR MIEUX SE PROTÉGER

Le coût des soins dentaires constitue un frein majeur. Une étude de la DREES révèle que 23 % des Français renoncent à des soins pour raisons financières. La réforme du «100 % Santé», déployée depuis 2019, vise à réduire ces inégalités en proposant des prothèses dentaires sans reste à charge. Ce dispositif repose sur trois paniers de soins :

- Le panier «100 % Santé» : prothèses entièrement remboursées,
- Le panier à tarifs maîtrisés : avec un reste à charge modéré,
- Le panier à tarifs libres : pour des options plus onéreuses.

Cependant, environ 5 % des Français ne disposent pas d'une complémentaire santé et ne peuvent bénéficier de cette réforme. En parallèle, l'accès aux soins reste difficile dans certaines zones rurales, où les délais d'attente pour un rendez-vous chez le dentiste peuvent atteindre plusieurs mois.

Des initiatives telles que les centres de santé dentaire et les programmes de prévention itinérants se développent pour pallier ces inégalités territoriales.

## LES TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT : UN GUIDE POUR TOUS

**L**es troubles du neurodéveloppement (TND) sont un ensemble de conditions qui affectent la manière dont le cerveau et le système nerveux central se développent et fonctionnent. Ces troubles peuvent influencer diverses capacités, telles que l'apprentissage, la communication, et le comportement. Environ 1 enfant sur 6 est touché par un TND, ce qui en fait un sujet important à comprendre pour les parents, les enseignants et la société en général.

### I QU'EST-CE QU'UN TROUBLE DU NEURODÉVELOPPEMENT ?

Les TND apparaissent souvent dans les premières années de la vie et peuvent persister tout au long de l'existence. Ils sont causés par des différences dans le développement du cerveau, qui peuvent être dues à des facteurs génétiques ou environnementaux.

### LES DIFFÉRENTS TYPES DE TND :

**Le trouble du spectre autistique (ou autisme)** est caractérisé par des difficultés de communication et d'interaction sociale, ainsi que par des comportements répétitifs. Les personnes autistes peuvent avoir des intérêts spécifiques et des talents uniques. **L'autisme regroupe diverses affections liées au développement du cerveau.** Il touche environ un enfant sur 100. Les caractéristiques peuvent être détectées chez le jeune enfant mais souvent, l'autisme n'est diagnostiqué que bien plus tard.

**Le trouble du déficit de l'attention** avec ou sans hyperactivité (TDAH) : Les personnes atteintes de TDAH peuvent avoir des difficultés à se concentrer, être impulsives, ou hyperactives. Ce trouble peut affecter la performance scolaire et les relations sociales.

**Les "Dys"** sont un ensemble de troubles spécifiques du neurodéveloppement qui affectent les compétences cognitives et les apprentissages. **Voici un aperçu des principaux «Dys» :**

- La dyslexie est un trouble spécifique de l'apprentissage de la lecture.
- La dysorthographe est un trouble de l'acquisition de l'orthographe.
- La dyscalculie est un trouble spécifique de l'apprentissage des mathématiques.
- La dysgraphie est un trouble de l'écriture manuscrite.
- La dyspraxie est un trouble de la coordination motrice.
- La dysphasie est un trouble spécifique du langage oral.

### I QUELLES EN SONT LES CAUSES ET LES FACTEURS DE RISQUE ?

Les TND sont souvent causés par une combinaison de facteurs génétiques et environnementaux. Par exemple, des mutations génétiques peuvent augmenter le risque, tout comme l'exposition à certaines substances pendant la grossesse.



### I COMMENT DIAGNOSTIQUER ET TRAITER UN TND ?

Le diagnostic des TND est généralement posé par des professionnels de la santé, tels que des pédiatres, des psychologues, ou des neurologues. Le processus peut inclure des évaluations comportementales, des tests cognitifs, et des entretiens avec les parents et les enseignants.

Selon le trouble diagnostiqué et les besoins individuels, les traitements peuvent inclure :

- **une thérapie comportementale** pour aider à développer des compétences sociales et à gérer les comportements.
- **des interventions éducatives** pour soutenir l'apprentissage et adapter les méthodes d'enseignement.
- **des médicaments**, dans certains cas, pour aider à gérer les symptômes.

Il existe de nombreuses organisations et groupes de soutien qui offrent des ressources et de l'aide aux familles et aux individus touchés par les TND. N'hésitez pas à les contacter pour obtenir de l'information et du soutien.

Les personnes atteintes de TND peuvent rencontrer des défis quotidiens, mais elles possèdent également des forces et des talents uniques. Un soutien adéquat de la part de la famille et de l'école peut faire une grande différence dans leur qualité de vie.

Bien que les TND présentent des défis, de nombreuses personnes atteintes mènent des vies épanouissantes et réussies. Une meilleure compréhension et un soutien adéquat peuvent aider à surmonter les obstacles et à mettre en valeur les forces uniques de chacun.

# POLLUTION ET ASTHME : UNE RELATION TOXIQUE

**C**haque jour, nous respirons 15 000 litres d'air. Pourtant, cet élément vital peut se transformer en menace invisible. Pour les 4 millions de Français asthmatiques, la qualité de l'air n'est pas qu'un enjeu environnemental, mais une question de santé immédiate. Une simple balade en ville lors d'un pic de pollution ou une nuit passée dans une pièce mal ventilée peuvent suffire à déclencher une crise. Mais pourquoi l'air que nous respirons aggrave-t-il l'asthme ?



## UN FLÉAU AUX MULTIPLES VISAGES

L'asthme est une maladie inflammatoire chronique qui rend la respiration difficile, provoquant sifflements, essoufflement et oppression thoracique. Si certains déclencheurs comme les allergènes ou le stress sont bien connus, la pollution de l'air joue un rôle plus insidieux et largement sous-estimé.

Les particules fines et le dioxyde d'azote (NO<sup>2</sup>), principalement issus du trafic automobile, du chauffage au bois et des industries, figurent parmi les premiers coupables. Une étude publiée dans *The Lancet* a révélé que vivre à proximité d'un axe routier très fréquenté augmente de 50 % le risque de développer un asthme. Ces polluants pénètrent profondément dans les bronches, exacerbant les inflammations et déclenchant des crises plus fréquentes et plus sévères.

Si la pollution extérieure est un facteur bien identifié, l'air intérieur n'est pas en reste.



## UN AIR INTÉRIEUR PLUS POLLUÉ QU'À L'EXTÉRIEUR ?

Loin d'être un refuge, nos logements peuvent contenir des polluants invisibles mais redoutables. L'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS) alerte sur la présence de composés organiques volatils (COV) dans les peintures, colles, meubles et produits ménagers. Ces substances, une fois inhalées, irritent les voies respiratoires et peuvent aggraver l'asthme.

D'autres ennemis se cachent dans notre environnement quotidien. Les acariens, moisissures et poils d'animaux sont autant d'allergènes susceptibles de provoquer des crises. L'Agence Nationale de Sécurité Sanitaire (ANSES)

recommande d'aérer les logements au moins 10 minutes par jour, même en hiver, pour réduire la concentration de ces irritants.

Mais si l'environnement domestique joue un rôle important, certaines populations sont encore plus vulnérables face aux effets de la pollution.

## DES POPULATIONS PLUS EXPOSÉES ET PLUS FRAGILES

Si la pollution affecte tous les asthmatiques, les enfants et les seniors sont particulièrement à risque. Une étude de l'Inserm a démontré que l'exposition aux particules fines durant la grossesse et la petite enfance augmente de 30 % le risque de développer un asthme persistant. En cause, la fragilité des poumons en développement et une sensibilité accrue aux allergènes.

Chez les personnes âgées, la pollution ne se contente pas d'aggraver l'asthme : elle augmente aussi le risque d'hospitalisation. L'Assurance Maladie rappelle que les seniors asthmatiques sont plus susceptibles de développer des complications respiratoires graves, notamment lors des pics de pollution.

Face à ces constats, la nécessité d'agir devient évidente.

## UN ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE

La pollution de l'air n'est pas une fatalité. Si elle est un facteur déclenchant, elle peut être atténuée par des politiques publiques adaptées. Certaines villes ont déjà mis en place des zones à faibles émissions, limitant l'accès aux véhicules les plus polluants. Le développement des modes de transport propres et l'amélioration des systèmes de chauffage figurent également parmi les solutions envisageables.

À titre individuel, il est recommandé de réduire son exposition aux allergènes, d'éviter les sorties lors des pics de pollution et d'adopter un traitement adapté pour contrôler l'inflammation des bronches. L'aération régulière des espaces intérieurs et l'utilisation de purificateurs d'air peuvent également contribuer à améliorer la qualité de l'air respiré au quotidien.

Si l'asthme ne se guérit pas, il peut être mieux contrôlé en agissant simultanément sur l'environnement et la prise en charge médicale. La qualité de l'air est un enjeu sanitaire qui ne concerne pas seulement les asthmatiques. Respirer mieux, c'est préserver la santé de tous.



# LES FAKE NEWS EN SANTÉ UN DANGER POUR TOUS !

Lorsqu'il s'agit de sa santé ou de celle d'un proche, il est bien naturel de chercher à se renseigner sur la pathologie dont on est atteint ainsi que sur les traitements existants. Pour autant, ce n'est pas une raison pour accorder sa confiance à n'importe qui, ni croire n'importe quoi. Les fausses informations, ou «*fake news*», dans le domaine de la santé constituent une menace croissante pour la santé publique. Elles exploitent les biais cognitifs et les émotions des individus, se propageant rapidement via Internet et les réseaux sociaux. Leur diffusion peut avoir des conséquences graves en nous incitant à adopter des comportements à risque.

## I IMPACT SUR LA SANTÉ PUBLIQUE

Les fake news sont réputées pour influencer négativement les comportements, y compris en santé, notamment en incitant au refus de la vaccination. Cette défiance entraîne une diminution de la couverture vaccinale et favorise la réapparition de maladies autrefois maîtrisées, comme la rougeole.

## I PERTE DE CONFIANCE EN LA SCIENCE

La propagation de fausses informations sape la confiance du public dans les institutions scientifiques et médicales. Lors des crises sanitaires, où une communication claire et fiable est essentielle, cette méfiance complique la mise en œuvre des mesures de prévention et de traitement. Les fake news alimentent le scepticisme et favorisent la montée de courants complotistes, mettant en péril la cohésion sociale et les politiques de santé publique.

Par ailleurs, il est important de comprendre que la démarche scientifique repose sur un principe de contradiction et de remise en question constante des connaissances établies. Cette nature évolutive, bien que nécessaire au progrès scientifique, ouvre également une porte aux arguments non scientifiquement fondés. En s'insérant dans ce débat contradictoire, ces idées fausses peuvent être perçues comme légitimes, bien qu'elles n'aient aucune validation scientifique, contribuant ainsi à la propagation de la désinformation.

## I RISQUES POUR LA SANTÉ

Les conséquences des fake news sur la santé individuelle peuvent être dramatiques. Certains patients, convaincus par de fausses promesses, renoncent à des traitements éprouvés au profit de remèdes inefficaces, voire dangereux. L'hydroxychloroquine, présentée à tort comme un traitement miracle contre la COVID-19, a conduit certains à en consommer sans encadrement médical, avec des effets secondaires potentiellement graves.

## I RÔLE DES RÉSEAUX SOCIAUX

Les réseaux sociaux sont des catalyseurs de la propagation des fake news. Leurs algorithmes favorisent les contenus engageants, souvent sensationnalistes, amplifiant ainsi la portée des fausses informations.

Cette viralité rend difficile la distinction entre faits et fiction, d'autant plus que les fake news circulent six fois plus rapidement que les informations vérifiées\*. L'épidémie de «*l'infodémie*» a ainsi exacerbé la crise sanitaire.

## I EXEMPLE CONCRET

Parmi les fake news les plus persistantes, l'idée selon laquelle le vaccin ROR (Rougeole-Oreillons-Rubéole) provoquerait l'autisme a causé une méfiance durable, malgré de nombreuses études ayant démontré l'absence de lien. Cette désinformation a eu pour effet une baisse de la vaccination et la résurgence de maladies graves.

## I LUTTER CONTRE LES FAKE NEWS

Pour contrer ce fléau, il est essentiel de promouvoir l'éducation aux médias et d'encourager la vérification des sources. Les institutions de santé, mais aussi les professionnels de santé et les mutuelles doivent jouer un rôle actif en diffusant des informations fiables et accessibles. Des initiatives de vérification («*fact-checking*») permettent de déconstruire les fausses informations, mais elles doivent être accompagnées d'une sensibilisation du grand public à l'esprit critique.



\* Source : M.I.T. news du 8 mars 2018 : <https://news.mit.edu/2018/study-twitter-false-news-travels-faster-true-stories-0308>

# HAUSSE DE LA TAXE SODA

## LES PRIX DES BOISSONS SUCRÉES S'ENVOLENT EN 2025



Une augmentation significative de la «taxe soda» vient d'être adoptée par l'Assemblée Nationale dans le cadre du projet de financement de la Sécurité Sociale pour 2025. Cette mesure, qui touche toutes les boissons contenant des sucres ajoutés, entraînera une hausse des prix allant de 5 à 20 centimes par litre. La nouvelle taxe est entrée en vigueur le 1<sup>er</sup> mars 2025. Le barème simplifie le système en introduisant trois paliers d'imposition : 4 centimes pour les boissons contenant moins de 50g de sucre par litre, 21 centimes entre 50 et 80g, et 35 centimes au-delà de 80g. Les sodas les plus consommés comme le Coca-Cola ou l'Orangina, qui contiennent près de 100g de sucre par litre, verront leur prix augmenter d'environ 20 centimes, soit plus d'un euro pour un pack de six bouteilles. Les versions allégées ne sont pas épargnées : la taxe sur les édulcorants passe à 4,5 centimes par litre (jusqu'à 120mg/l) et 6 centimes au-delà, pour éviter un report massif vers ces alternatives aux risques cardiovasculaires potentiels. Si cette mesure pourrait rapporter environ 400 millions d'euros à l'État, son efficacité sur la santé publique reste à prouver. L'Anses avait constaté une baisse de 5 % de la teneur en sucre dans les boissons depuis 2013, mais sans impact significatif sur les ventes.

## FRUITS ET LÉGUMES : UNE FRACTURE GÉNÉRATIONNELLE INQUIÉTANTE

Une étude récente confirme un phénomène préoccupant : les moins de 35 ans consomment trois à quatre fois moins de fruits et légumes que leurs grands-parents. Cette tendance, qui s'est accentuée depuis la crise sanitaire de Covid-19, alerte les professionnels du secteur. Selon les dernières données de Kantar publiées en février 2025, la moitié des dépenses totales en produits frais traditionnels (fruits, légumes, poissonnerie, boucherie et fromages à la coupe) sont réalisées par des consommateurs de plus de 60 ans. Les ventes globales de ces produits ont baissé de 1,5 % en 2024, poursuivant une tendance à la baisse observée depuis au moins cinq ans. **«Les seniors sont d'importants consommateurs de ces aliments qu'ils connaissent depuis l'enfance»**, explique Kantar, soulignant qu'ils disposent de plus de temps et d'un pouvoir d'achat plus élevé. À l'inverse, **«les plus jeunes n'ont pas les codes, pas le savoir-faire culinaire, pas le temps, ni l'argent»** pour préparer et consommer ces produits. Cette désaffection a un impact direct sur la production nationale. Laurent Grandin, président d'Interfel, alerte : **«On ne produit plus que la moitié de nos besoins. Si on continue sur cette voie, l'autosuffisance en la matière tombera à 35 % d'ici dix ans»**. Cette situation est d'autant plus paradoxale que les vertus nutritionnelles des fruits et légumes sont scientifiquement prouvées et que leur rôle dans la prévention du cancer est avéré. Face à ce constat, la filière élabore un plan de souveraineté **«fruits et légumes»** qui prévoit notamment le développement de serres froides, de cultures plus résistantes aux intempéries et une robotisation accrue des exploitations. L'objectif affiché est de remonter le niveau d'autosuffisance de la France à 60 % dans les dix prochaines années.

## LES ÉCOLOGISTES PROPOSENT UNE «SÉCURITÉ SOCIALE ALIMENTAIRE»

Une proposition de loi du groupe écologiste à l'Assemblée Nationale vise à créer, de façon expérimentale, une **«carte vitale de l'alimentation»** pour garantir un accès universel à une alimentation de qualité. Le texte, porté par le député Charles Fournier, a été présenté le 20 février lors de la niche parlementaire des Écologistes. Concrètement, ce dispositif prévoit l'attribution de 150 euros mensuels à chaque citoyen, utilisables uniquement dans des lieux **«conventionnés démocratiquement»**. Cette expérimentation s'étendrait sur cinq ans et serait financée à 50 % par des fonds publics, 25 % par les collectivités territoriales et 25 % par une cotisation citoyenne volontaire. L'initiative s'inspire de la quarantaine de caisses alimentaires locales déjà existantes en France, qui favorisent les circuits courts entre agriculteurs et consommateurs. Le projet vise à **«consolider»** ces initiatives et à **«leur donner un cadre»** national via un fonds dédié. Pour les parlementaires écologistes, cette mesure concrétiserait un **«droit fondamental à l'alimentation»** qu'ils souhaitent inscrire dans la Constitution depuis mai 2024. Selon Boris Tavernier, député EELV, ce système bénéficierait tant aux citoyens, qui pourraient **«choisir ce qu'ils mettent dans leur assiette»**, qu'aux agriculteurs, qui seraient mieux rémunérés. Cependant, l'examen de la proposition a été interrompu prématurément à minuit, après seulement 25 minutes de débat, en raison de contraintes de temps et de ce que Charles Fournier a qualifié **«d'obstruction des députés de droite»** sur les textes précédents. Le projet pourrait toutefois être repris dans le cadre d'un groupe de travail transpartisan.





## REVENUS DES MÉDECINS : LE THÉORÈME DE L'ICEBERG !

La question de la juste rémunération des médecins revient régulièrement dans le débat public. Débat à propos duquel la presse se contente souvent d'être le **porte-voix** des revendications formulées par les intéressés et d'alimenter le débat par des « **micros trottoirs** », dont la principale qualité est ... de faire passer n'importe quel quidam pour un expert du dossier.

Pourtant, sans dénigrer les attentes des médecins en matière de rémunération, un débat **objectif** nécessite que tous les éléments soient connus du public, notamment parce que le vrai financeur de cette rémunération est le **citoyen-assuré-adhérent**, par ses impôts et ses cotisations.

A ce jour, la **base de remboursement** sur laquelle la CPAM comme la Mutuelle calculent leur remboursement de la consultation « *ordinaire* » est de **30,00 EUR**. C'est sur ce montant connu que se cristallisent les revendications des médecins, les analyses du grand public ou encore les « *études* » comparatives avec d'autres professions ou d'autres pays.

Pourtant, les médecins bénéficient d'autres revenus tout aussi officiels mais beaucoup moins connus qui améliorent substantiellement cette rémunération « *ordinaire* » :

Type de Revenu	Nature du revenu	Montants <sup>1</sup>
<b>Majorations</b> (exemples)	<ul style="list-style-type: none"> <li>déplacement jours fériés et dimanche</li> <li>régulation</li> <li>suivi de sortie d'hospitalisation</li> </ul>	22,60 EUR par acte 15,00 EUR par acte 23,00 EUR par acte
<b>Consultations à tarifs spécifiques</b> (exemples)	<ul style="list-style-type: none"> <li>visite longue et complexe réalisées au domicile</li> <li>consultation de contraception et de prévention des maladies sexuellement transmissibles pour les jeunes filles mineures, consultation de coordination de la prise en charge des enfants de 3 à 12 ans en risque avéré d'obésité, ...</li> <li>consultation initiale de mise en place d'une stratégie thérapeutique pour les patients atteints de cancer ou en cas d'infection par le VIH</li> </ul>	60,00 EUR par acte 47,50 EUR par acte  30,00 EUR par acte
<b>Rémunération par capitation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>FPMT</b> (forfait patientèle médecin traitant), calculé selon le nombre et les caractéristiques (âge, ALD) des patients dont il est le médecin traitant. Il est financé par la taxe FPMT prélevée sur les cotisations des adhérents des mutuelles</li> </ul>	16 000 EUR par an
<b>Rémunérations forfaitaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Forfait Structure</b>, aide financière permettant de faciliter la gestion du cabinet.</li> <li><b>ROSP</b> (rémunération sur objectifs de santé publique), destinée à faire évoluer les pratiques médicales.</li> </ul>	4 214 EUR par an 5 425 EUR par an
<b>Avantages sociaux<sup>2</sup></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cotisation «<i>Maladie</i>»</li> <li>Cotisation «<i>Allocations Familiales</i>»</li> <li>Cotisation «<i>Allocation Supplémentaire Vieillesse</i>»</li> </ul>	5 248 EUR par an 2 500 EUR par an 3 286 EUR par an

<sup>1</sup> Montant moyen annuel 2023 (source CNAM) ou montant conventionnel du revenu (source : CNAM)

<sup>2</sup> Cotisations des médecins en secteur 1 prises en charge par l'assurance Maladie

**En prenant en compte les différents revenus conventionnels des médecins, la rémunération d'une consultation est plus proche de 42,00 EUR que de sa partie émergée de 30,00 EUR.**

## TROUVER UN RENDEZ-VOUS CHEZ UN MÉDECIN

# RAPIDEMENT

Vous avez besoin de soins et votre médecin traitant n'est pas disponible rapidement ? Vous pouvez vous rendre dans une structure de soins susceptible de vous accueillir. Pour vous aider, l'Agence régionale de santé Auvergne-Rhône-Alpes met à votre disposition une carte interactive, avec les lieux de consultations sans rendez-vous.



Consultez la carte des lieux de soins sans rendez-vous sur Agence régionale de santé Auvergne-Rhône-Alpes :

<https://www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr>

## LES URGENCES : CE N'EST PAS UNE ÉVIDENCE !



Les urgences sauvent des vies en traitant les situations graves et vitales.

**Adoptez les bons réflexes pour éviter leur saturation :** consultez votre médecin en priorité, privilégiez les centres de soins non programmés et appelez le 15 avant tout déplacement aux urgences. Cela garantit une prise en charge rapide et adaptée à votre situation.

## LA CARTE VITALE DÉMATÉRIALISÉE



Téléchargeable gratuitement sur les magasins d'applications (Apple Store, Google Play), l'application « *Carte Vitale* » est disponible à ce jour dans 23 départements (dont 03, 15, 43, 63) et son déploiement sur le reste du territoire se poursuit en 2025. L'appli « *Carte Vitale* » propose aux assurés une solution dématérialisée, leur permettant d'accéder depuis leur smartphone aux mêmes services que la carte Vitale physique, mais aussi à de nouvelles fonctionnalités et à de nouveaux usages en ligne. L'appli Carte Vitale dispose d'un haut niveau de sécurité, tout en offrant les avantages du sans contact : gratuite, pratique et facile d'accès, toujours sur soi, toujours à jour.

Depuis le 18 mars 2025, les assurés de l'ensemble du territoire, détenteurs de la carte d'identité au format carte bancaire (CNle) peuvent désormais activer très facilement l'application carte Vitale, via l'application France Identité, indépendamment de leur implantation géographique.

**Point d'attention :** tous les professionnels de santé ne disposent pas encore d'un logiciel compatible avec l'appli carte Vitale et d'un lecteur de QR code, pour accéder à la carte Vitale dématérialisée de leurs patients. Il est donc conseillé de conserver sa carte Vitale sur soi pendant la période de mise en place.

**Pour information :** « *France Identité* » est l'application officielle et gratuite, mise à disposition par France Titres (ANTS), qui permet à chaque citoyen de disposer dans son smartphone de sa carte d'identité et de son permis de conduire numériques. Disponible depuis février 2024 pour tous les usagers âgés de plus de 18 ans, détenteurs de la carte d'identité au format carte bancaire et d'un téléphone compatible, l'application France Identité permet à chacun de prouver son identité en ligne comme en face-à-face. Aujourd'hui on compte déjà plus de 1,7 million d'utilisateurs de l'application.

## LA MALADIE DE PARKINSON SUR MESURE AVEC LA FONDATION NEURODIS

fondation  
neurodis

ensemble, aidons la recherche  
sur les maladies du cerveau

L'excès de glutamate dans l'organisme a été mis en cause dans les mouvements incontrôlables observés chez les patients atteints de la maladie de Parkinson. Le Dr Ana MARQUES, neurologue au CHU de Clermont-Ferrand lance, avec le soutien de la fondation Neurodis, un appel aux dons en ligne pour acquérir un équipement, l'IRM 7T, permettant de détecter la présence de glutamate dans l'organisme. Il n'en existe actuellement que 3 en France (Paris, Poitiers et Marseille).

**Pour en savoir plus :** <https://fondation-neurodis.org/projet/la-maladie-de-parkinson-sur-mesure>



Mutuelle de proximité créée en 1951 par les comités d'entreprise des organismes de Sécurité Sociale de Clermont-Ferrand. Ouverte à tous, indépendamment du lieu de résidence ou du secteur d'activité.

LA SOLIDARITE EN SANTE



UN DROIT POUR TOUS



Aides auditives, lunettes et prothèses dentaires éligibles au 100% Santé sont accessibles à tous **SANS RESTE A CHARGE**. Il s'agit d'un vrai effort de solidarité, inclus dans notre unique contrat santé.

## UNE VRAIE PROXIMITÉ

### SIÈGE ET ACCUEIL DES ADHÉRENTS (SUR RENDEZ-VOUS)

Immeuble CARSAT – 5 rue Entre les Deux Villes  
63036 CLERMONT-FERRAND CEDEX

- Du lundi au jeudi : **09h00-12h00 - 13h30-16h00**
- Le vendredi : **09h00-12h00 - 13h30-15h00**



#### CONTACTS

- Téléphone : **09 72 16 27 25**
- Mail : **contact@mipss-auvergne.fr**

## UN SOCLE SANTÉ COMMUN

GARANT D'UNE RÉELLE SOLIDARITÉ  
ENTRE TOUS SES MEMBRES

### • PROTECTION COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

- > conforme au **contrat responsable**
- > inclut le « **100% Santé** » et l'**homéopathie**
- > **aucun droit d'entrée** avant 80 ans

### • TROIS GARANTIES EN INCLUSION

- > **Indemnité Obsèques** de 1 220,00 EUR
- > **Assistance Santé** et **Protection Juridique Santé**

## COTISATIONS 2025

### COMPLÉMENTAIRE SANTÉ (PAR MOIS)\*

• adhérent ou ayant-droit, cas général :	<b>87,39 EUR HT</b>	<b>98,60 EUR TTC</b>
• adhérent ou ayant-droit invalide selon art R 211 du Règlement Mutualiste	<b>65,60 EUR HT</b>	<b>74,00 EUR TTC</b>
• adhérent ou ayant-droit en activité salariée ou assimilée	<b>65,60 EUR HT</b>	<b>74,00 EUR TTC</b>
• adhérent ou ayant-droit scolaire, étudiant, apprenti ou pôle emploi (-28 ans)	<b>35,12 EUR HT</b>	<b>39,60 EUR TTC</b>
• 3 <sup>e</sup> enfant inscrit et suivants, jusqu'à 20 ans		<b>GRATUIT</b>

### EN DISPENSE DE COTISATION SANTÉ (PAR AN)\*

• adhérent (adhésion accessible à tous les salariés assujettis à une complémentaire santé <b>obligatoire</b> par leur employeur)	<b>74,40 EUR HT</b>	<b>74,40 EUR TTC</b>
---	---------------------	----------------------

\* ces tarifs incluent les garanties Indemnité Obsèques, Assistance Santé, Protection Juridique Santé et Deuxième Avis Médical

<https://mipss-auvergne.fr>