



Commission développement durable
et écoresponsabilité
SFED

Fiche 2 – Guide pratique écolo-endoscopie



Je suis professionnel de santé, je souhaite réduire mon impact environnemental au travail

Quelques chiffres :



- Les transports représentent près de 30% de notre impact carbone global¹
- Émissions d'équivalent CO₂ pour 10km²
 - Vélo = 0 kg CO₂e
 - Métro = 0,04 kg CO₂e
 - Voiture thermique = 2,2 kg CO₂e

Reprenons goût aux mobilités douces !



Je vais travailler en vélo ou en transports en commun

**Introduction progressive du vélo
(1 vélotaf/semaine)**

Transports en commun = temps en plus pour lire ou avoir des idées écologiques !



Je ne porte plus de textile jetable

Je me pare de mon pyjama réutilisable³, mes sabots de bloc et mon calot en tissu. Si j'ai froid, je choisis une polaire / veste plutôt qu'une surblouse à usage unique



Je bois dans mon mug ou ma gourde

Émissions CO₂e pour 99450 boissons⁴
Mug = 122 kg CO₂e
Gobelet en carton = 2735 kg CO₂e



Je fais une pause avec du thé en vrac et du café en grain

Thé en sachet : attention aux nanoplastiques⁵
Café en capsule : toxicité, recyclage complexe⁶



Je mange végétarien au moins une fois par semaine

Comparé à une alimentation carnée à chaque repas, un repas végétarien par semaine pour tout le monde conduirait à diminuer les émissions de gaz à effet de serre de 14 à 19%⁷



Je vais en congrès en train / covoiturage. Si l'avion est nécessaire, je choisis d'assister au congrès en visio

1km en avion =
2km en bus moteur thermique =
78km en TGV^{1,8}



Pour aller plus loin : [1][2][3][4][5][6][7][8]

Références

- [1] Notre-environnement. Les émissions de gaz à effet de serre du secteur des transports. notre-environnement 2024; Im Internet: <https://www.notre-environnement.gouv.fr/>; Stand: 18.11.2024
- [2] Calculer les émissions de carbone de vos trajets. Agir pour la transition écologique | ADEME. Im Internet: <https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/bureau/deplacements/calculer-emissions-carbone-trajets>; Stand: 18.11.2024
- [3] Overcash M. A comparison of reusable and disposable perioperative textiles: sustainability state-of-the-art 2012. Anesth Analg 2012; 114: 1055–1066. doi:10.1213/ANE.0b013e31824d9cc3
- [4] https://www.element-terre.org/wp-content/uploads/2019/04/Comparaison_gobelets_ACV_MountainRiders.pdf.
- [5] Hernandez LM, Xu EG, Larsson HCE, et al. Plastic Teabags Release Billions of Microparticles and Nanoparticles into Tea. Environ Sci Technol 2019; 53: 12300–12310. doi:10.1021/acs.est.9b02540
- [6] Basile G, De Luca L, Calabrese M, et al. The Lipidic and Volatile Components of Coffee Pods and Capsules Packaged in an Alternative Multilayer Film. Foods 2024; 13: 759. doi:10.3390/foods13050759
- [7] Benvenuti L, De Santis A, Ferrari M, et al. The carbon footprint of Italian schools meals: An optimal choice of dishes in vegan, vegetarian, and omnivorous menus. Front Nutr 2022; 9: 854049. doi:10.3389/fnut.2022.854049
- [8] Bousema T, Selvaraj P, Djimde AA, et al. Reducing the Carbon Footprint of Academic Conferences: The Example of the American Society of Tropical Medicine and Hygiene. Am J Trop Med Hyg 2020; 103: 1758–1761. doi:10.4269/ajtmh.20-1013



écolo SFED

Pour en savoir plus
Commission développement durable SFED