Communiqué

La médecine par le mode de vie s'implante au Québec

Montréal, le 20 juin 2022 – La médecine par le mode de vie, appelée Lifestyle Medicine en anglais, est une spécialité médicale en pleine croissance qui permet de prévenir, de traiter et même d'inverser l'évolution de près de 80% des maladies chroniques par des changements d'habitudes de vie à un niveau thérapeutique.

« On pourrait définir la médecine par le mode de vie comme étant la médecine qui s'occupe de la santé en priorité. Il s'agit d'une approche très différente et complémentaire à la médecine traditionnelle qui excelle dans le traitement de la maladie, a déclaré Dr Simon Phaneuf, accrédité de l'American College of Lifestyle Medicine, est également cofondateur de SANAKIDO, la première clinique de médecine par le mode de vie implantée au Québec.

Nouvelle concentration en médecine de famille à l'Université Laval

La médecine par le mode de vie sera enseignée pour la première fois au Canada à des médecins résidents de l'Université Laval cet automne. Cette concentration permettra aux résidents en médecine de famille d'apprendre des méthodes d'intervention innovantes auprès de leurs patients.

« Il s'agit d'une première au Canada! C'est une grande fierté pour notre programme de pouvoir ajouter cette concentration dans l'offre pour les résidentes et résidents en médecine de famille. Cette concentration leur permettra de mieux maîtriser la médecine par mode de vie et ainsi intervenir de façon novatrice avec leurs patientes et patients », a précisé le Dr Samuel Boudreault, directeur du programme de résidence en médecine de famille

« Quand on sait que la grande majorité des maladies chroniques sont directement causées par le style de vie et seraient évitables ou traitables par des changements de style de vie, nous croyons qu'il était temps d'investir autrement dans la prévention », a dit le Dr Phaneuf qui enseignera cette approche médicale aux médecins résidents de l'Université Laval.

Les avantages de la médecine par le mode de vie sont nombreux : diminution du stress, amélioration du sommeil, diminution ou cessation des médicaments, davantage d'énergie, moins de douleurs et d'inflammation et meilleure gestion du poids. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), ce sont 80% des maladies chroniques et 40% des cancers qui pourraient être évités sans médication en changeant ses habitudes de vie.

Une spécialité médicale en forte croissance aux États-Unis

L'American College of Lifestyle Medicine (ACLM) accueille 4500 membres sur sept continents et 26 organisations internationales y sont associées. C'est la spécialité médicale qui affiche la plus forte croissance aux États-Unis.

.../2

Une approche déjà accessible à tous
Le Dr Simon Phaneuf, la Dre Marie-Noëlle Lord et la nutritionniste clinicienne Linda Montpetit sont les premiers membres de l'ACLM à être accrédités au Québec. Ensemble, ils ont fondé SANAKIDO, la première clinique spécialisée qui offre un accompagnement personnalisé pour ceux et celles qui veulent mettre en application les principes de la médecine par le mode de vie.

Il est d'ailleurs possible d'en savoir plus sur l'approche SANAKIDO et sur la médecine par le mode de vie en visitant le site sanakido.com et en profitant d'un essai gratuit de 14 jours.

À propos de SANAKIDO
SANAKIDO est une clinique en ligne de médecine par le mode de vie créée et pilotée par des professionnels de la santé accrédités par l'American College of Lifestyle Medicine. La clinique SANAKIDO vise à éduquer, guider et accompagner ses membres dans l'application des principes de la médecine par le mode de vie en offrant différents forfaits selon vos besoins et votre budget.

– 30 –

Source : Clinique SANAKIDO

Renseignements

Clinique SANAKIDO
Patrick Howe
514 394-1045, poste 222
patrick.howe@consulatrp.com

Université Laval
medias@ulaval.ca