N°2 – NOVEMBRE 2026

Mordicus

DOSSIER
Nos pratiques écoresponsables

EN IMAGES
Retour sur la formation AFGSU 2

Île-de-France URPS Chirurgiens-Dentistes



Pour la planète, chaque geste compte !

GARDEZ LE SOURIRE, L'URPS EST LÀ !

La force d'une union pour représenter et accompagner les chirurgiens-dentistes libéraux franciliens

NOS MISSIONS

- **Formations**
- **Handicap et dépendance**
- **Soigner les personnes fragiles**
- **Permanence des soins dentaires**
- **Zonage et accès aux soins**
- **Relations avec l'ARS**

S'INSTALLER EN ÎLE-DE-FRANCE

- **Les six conseils pour réussir**
- **Choisir sa forme juridique**
- **FAQ**

RECEVOIR NOS ACTUALITÉS



Île-de-France URPS Chirurgiens-Dentistes

L'édito



Serions-nous en plus mauvaise santé que nos patients ? Cette question peut paraître incongrue pour un soignant, mais elle fait sens si l'on se rapporte aux travaux récents publiés sur la santé des professionnels de santé*. Moyenne de 46 heures de travail par semaine en libéral. Deux tiers des professionnels se sentent fatigués. Une majorité estime ne pas dormir suffisamment. L'hygiène de vie des professionnels de santé présente également des faiblesses. Environ un tiers admet ne pas avoir une alimentation saine ou ne pas pratiquer d'activité physique régulière.

La situation est alarmante. Comment en sommes-nous arrivés là ? Poids des charges administratives, investissements financiers dans nos plateaux techniques et nécessité d'assurer une rentabilité économique à nos cabinets font peser sur nous une charge mentale très forte. Dans ces conditions, nous sommes exposés à des risques de stress, d'anxiété, ou d'épuisement professionnel. Le temps passé sur nos fauteuils en position assise place notre discipline parmi celles qui connaissent une grande sédentarité. Nos postures particulières conduisent au développement de troubles musculosquelettiques (douleurs au dos, nuque, épaules).

Devons-nous être fatalistes et laisser les choses en l'état ? Non, il est de ma responsabilité de vous proposer des solutions. Au travers de ce numéro, vous découvrirez que l'URPS des chirurgiens-dentistes libéraux d'Île-de-France investit le champ de votre santé globale. Écoresponsabilité et impact des produits et équipements utilisés sur votre santé. Sédentarité et nécessité de bouger plus pour mieux exercer et rester en bonne santé. Rencontres « Dent'air » placées sous le signe du bien-être et de la santé globale… Ce numéro s'inscrit résolument dans le souci et la volonté de prendre soin de votre santé.

Dr Fabienne Robichon,
Présidente de l'URPS Chirurgiens-Dentistes libéraux d'Île-de-France et les membres du bureau

* sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_sante_des_professionnels_de_sante_.pdf

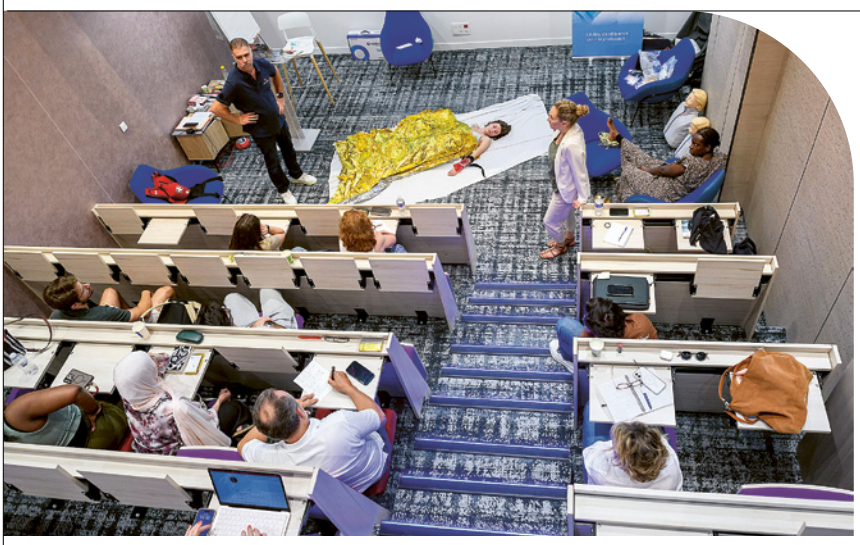
Mordicus, le magazine de l'URPS Chirurgiens-Dentistes libéraux d'Île-de-France. 4 rue de Traktir, 75116 Paris. Tél : 01 45 00 86 67. Site web : www.urps-cd-idf.com. Directrice de la publication : Fabienne Robichon. Conception et rédaction : Xplicit Content, tél : 06 37 83 75 55, Xavier Pacagnella, Fanny Bessière. Conception graphique : hypergraphic.fr. Impression : JF Impression, 296 rue Patrice Lumumba, 34075 Montpellier. Édition novembre 2026. N° ISSN : demande en cours.

sommaire



#06
Sous la dent

Actualités à croquer ! Toutes les news de l'URPS Chirurgiens-Dentistes libéraux d'Île-de-France.



#11
En images

Retour sur la journée AFGSU 2 du 19 juin 2026.



#14
Le grand oral

Écoresponsabilité : le changement prend racine. Parce qu'en matière d'écologie chaque geste compte et que nous avons chacun un rôle à jouer, nous avons choisi de consacrer notre dossier à la thématique de l'écoresponsabilité professionnelle.



#22
Entretien

Le Dr Rozenblat, médecin du sport, nous délivre une interview aux accents d'ordonnance rappelant que l'activité physique constitue un précieux outil de prévention pour continuer à prendre soin de ses patients.

#26
Cahier pratique

Qui sommes-nous ? Quelles sont nos missions ? Comment nous contacter ? Retrouvez les élus-membres du bureau de l'URPS Chirurgiens-Dentistes libéraux d'Île-de-France.



VOUS AVEZ LIKÉ

Notre collab' sur les réseaux

1,3 million de vues pour alerter sur les dangers du « low cost » dentaire !

Avec sa campagne menée, cet été, avec le créateur de contenus Dr Never, l'URPS a choisi les codes des réseaux sociaux pour sensibiliser les adolescents et leurs familles. Au cœur du message : pour des soins de qualité et sécurisés, il est essentiel de consulter un chirurgien-dentiste qualifié exerçant en France.

La campagne alerte notamment sur les soins esthétiques réalisés à l'étranger, comme la pose de facettes, qui peuvent exposer à des complications et à un suivi insuffisant. Forte de ce succès, l'URPS CD IDF poursuivra ses actions de prévention auprès des jeunes publics.

Vous aussi, partagez le message !



SAOS

Dormir tranquille



© magnific.com

Les 3 et 4 septembre derniers, l'URPS et la Société Française de Médecine Dentaire du Sommeil (SFMDS) ont proposé une formation intensive consacrée au Syndrome d'Apnées Obstructives du Sommeil (SAOS). Objectif : donner les clés pour mieux dépister et prendre en charge les patients au cabinet dentaire.

Animée par une équipe d'experts, la formation a alterné bases physiopathologiques, diagnostic médico-dentaire, cas cliniques et mises en pratique, pour favoriser une application directe au cabinet. Elle aura permis de comprendre le rôle du chirurgien-dentiste dans le parcours de soins du sommeil, d'identifier les patients à risque, de maîtriser les principes de prise en charge par orthèse d'avancée mandibulaire (OAM) et de développer un réseau de collaboration pluridisciplinaire.

▶ L'URPS a conçu une fiche pratique dédiée au SAOS, disponible prochainement, qui réunit les informations essentielles et les principaux réflexes à adopter.

Vous avez aimé *Mordicus*

Messages d'encouragement, suggestions de sujets, partages sur les réseaux sociaux... Le premier numéro de Mordicus a reçu un accueil particulièrement chaleureux ! Nous souhaitons vous remercier pour votre enthousiasme. À travers cette publication, nous souhaitons mettre en lumière les actions menées par notre Union. Nous espérons que ce nouveau numéro retiendra autant votre attention.



PRÉVENTION

Mobilisation pour le Moi(s) sans tabac

À l'occasion du Moi(s) sans tabac, l'URPS CD IDF s'est associée à la Ligue contre le cancer autour d'un événement dédié à la prévention du tabagisme



Au programme : un Escape Game pour sensibiliser de manière ludique aux mécanismes de l'addiction, suivi d'une conférence du Dr Adrian Brun, consacrée aux enjeux du tabagisme, à ses conséquences sur la santé et aux leviers d'accompagnement vers l'arrêt. Organisé le 3 novembre 2026 dans les locaux de notre Union, ce rendez-vous illustre la volonté de l'URPS de proposer des actions de prévention originales et de rappeler le rôle essentiel des chirurgiens-dentistes dans le repérage, l'information et l'orientation des patients fumeurs.

▶ **Retour sur l'événement, photos et infos… Suivez-nous sur les réseaux sociaux.**

Adrian BRUN, MCU-PH (parodontologie)

« Concentrez-vous sur les victoires »

Le Dr Adrian Brun est Maître de Conférences des Universités et Praticien Hospitalier en Parodontologie (Université Paris Cité / Hôpital Henri-Mondor, AP-HP). Il livre quelques clés utiles pour monter en charge efficacement, quand on est chirurgien-dentiste, sur le sujet de la prévention anti-tabac.



« Le tabac n'est pas qu'une affaire d'addictologues, ni uniquement facteur de cancers : il est aussi associé à de nombreuses et diverses pathologies, notamment dans la sphère buccale. Nous sommes donc en première ligne. Et la vigilance s'impose, y compris contre nos propres biais cognitifs : on associe encore trop souvent les cancers oropharyngés aux patients plus âgés, qui fument et qui boivent alors qu'aujourd'hui, on en voit de plus en plus chez des sujets jeunes, non-fumeurs et non consommateurs d'alcool.

Je conseille de garder l'esprit ouvert, de ne jamais minimiser un symptôme. Exemple : une mycose résiste sept jours aux antifongiques ? Alertez sans attendre. Aucune lésion bénigne ne dure. Ces cancers « oraux » évoluent vite, d'autant que la gêne est la plupart du temps minimisée par le patient lui-même. Autre conseil : à vos patients fumeurs, ne parlez pas de sevrage vous-même, laissez-les faire le lien naturellement. Ma méthode : observer, nommer ce que je vois, et clôturer ainsi : « *Il y a un facteur commun à tout cela, devinez lequel ?* » Ensuite, construire le dialogue ensemble, sans intrusion, sans jugement. Si un patient dit « *Je fume lors de la pause-café avec les collègues* », demandez-lui s'ils fument vraiment tous. Il changera probablement d'habitudes de pause.

Enfin, TRÈS IMPORTANT : concentrez-vous sur les victoires plutôt que sur les échecs. Tout le monde n'arrêtera pas. Mais après seulement trois minutes d'échange, c'est +4 % de patients qui arrêtent ; après trente minutes (qui peuvent se répartir sur plusieurs rendez-vous), c'est +10 % pour la moyenne des professionnels de santé et +20 % pour nous, les Chirurgiens-Dentistes ! Lancez-vous doucement, deux ou trois patients par semaine suffisent pour changer les choses. Quelques notions sur les substituts nicotiniques et beaucoup d'indulgence : voilà tout ce qu'il faut pour commencer. »



NOUVEAU

Un mini-site gratuit pour votre cabinet

Découvrez Digidocteur, une plateforme pensée par des chirurgiens-dentistes pour les chirurgiens-dentistes, mais aussi pour leurs patients.

Parce que la prévention et l'information sont au cœur de votre exercice, l'URPS met gratuitement à votre disposition un espace praticien évolutif avec des fiches d'information pédagogiques et des vidéos personnalisées à votre nom. Votre espace s'adapte à vos besoins : vous pouvez l'enrichir, le mettre à jour et le faire évoluer au fil du temps pour valoriser votre activité et offrir à vos patients une information toujours plus pertinente.

Vous y trouverez notamment :

- Un mini-site à votre nom pour présenter votre cabinet et vos traitements.
- Des fiches d'information claires pour expliquer les soins dentaires à vos patients.
- Des vidéos pédagogiques pour aider vos patients à mieux comprendre leurs traitements.

L'accès à ce service 100 % gratuit est simple et rapide depuis tous les appareils (ordinateur, tablette ou smartphone) et se révèle un précieux atout pour moderniser votre communication.

Découvrez dès maintenant votre espace pratique en flashant ce code >>>

AIDES RÉGIONALES

Sécuriser votre activité

Chirurgiens-dentistes franciliens exerçant seuls, la Région Île-de-France propose une aide à l'investissement pour sécuriser votre cabinet et vos déplacements professionnels.

Sont concernés les équipements destinés à renforcer la sécurité de locaux ouverts ou à protéger le praticien lors de ses déplacements.

Qui peut en bénéficier ?
Les chirurgiens-dentistes et odontologistes sont éligibles s'ils exercent seuls. Le professionnel doit démontrer des problématiques de sécurité rendant difficile son activité.

Combien ?
La subvention peut atteindre **70 % des dépenses, dans la limite de 8 000 €.** Elle porte sur l'acquisition d'équipements de sécurisation.

Comment ?
La demande se fait en ligne sur la plateforme des aides régionales, via le téléservice dédié. Le projet doit en principe démarrer après le vote de la Commission permanente régionale, sauf autorisation exceptionnelle de démarrage anticipé. L'aide n'est pas cumulable avec une autre subvention régionale pour le même projet. Les demandes sont actuellement ouvertes en ligne >>>



© magnific.com

TRIBUNE

50 % des soins dentaires ne seront plus pris en charge par l'Assurance maladie, tout un symbole !

Un décret ouvrant la voie au relèvement du ticket modérateur au 1er janvier 2027 pour les soins dentaires a été publié au Journal officiel dans le courant de l'été. Ce texte modifie la fourchette de participation de l'assuré (ticket modérateur) aux soins dentaires. C'est ensuite au conseil de l'Union nationale des caisses d'assurance maladie d'arrêter un taux fixe.



© Seb Dhalloy

Concrètement, la fourchette passe ainsi de 35 %-45 % à 50-60 % aujourd'hui, pour un taux fixe qui devrait être ensuite fixé à hauteur de 50 %, selon les déclarations du Gouvernement. Le remboursement des soins dentaires par l'Assurance maladie, déjà réduit de 10 points en 2023, passerait donc de 60 % à 50 %. L'URPS des chirurgiens-dentistes d'Île-de-France prend acte de cette décision et exprime ses plus vives inquiétudes quant à ses effets sur l'accès aux soins dentaires. En effet, ce transfert de charges estimé entre 1,4 et 1,5 milliard d'euros de l'assurance maladie obligatoire vers les complémentaires santé ne sera pas sans conséquences pour les patients. Il provoquera inéluctablement une hausse de leurs cotisations. Il pourrait pousser certains assurés à s'éloigner des contrats des complémentaires santé, devenus trop coûteux pour eux (étudiants, retraites, indépendants) et multiplier les renoncements aux soins.

Mais aujourd'hui, la mesure prise par le Gouvernement a aussi une portée symbolique considérable. Pour la première fois de l'histoire de l'Assurance maladie, tout un pan de soins s'apprête à passer sous le seuil des 50 % de prise en charge par l'Assurance maladie obligatoire. Cette tendance interroge. Va-t-elle se poursuivre ? Souvenons-nous, en janvier 2025, l'URPS CD IDF lançait déjà le débat sur cette évolution… En tout état de cause, l'URPS reste à la disposition des pouvoirs publics pour partager ses propositions.

Source : Décret n° 2026-809 du 21 août 2026

FORMATION

Les dentistes, acteurs de l'identification des victimes



Dans le contexte des récents événements survenus au Népal, rappelons le rôle essentiel que peuvent jouer les chirurgiens-dentistes dans les opérations d'identification des victimes.

Lorsqu'une procédure officielle est engagée, les dossiers dentaires constituent une source précieuse d'informations pour établir une identification, notamment grâce aux données cliniques et radiologiques recueillies avant le décès. L'Unité d'identification odontologique (UIO) du Conseil national de l'Ordre est précisément chargée de répondre aux besoins des autorités compétentes lors de catastrophes et de mobiliser des praticiens formés à l'identification médico-légale. Le mot d'ordre est clair : si vous êtes sollicité dans le cadre d'une procédure officielle, nous vous invitons à répondre favorablement à cet appel et à apporter votre concours à cette mission citoyenne. Votre connaissance du dossier d'un patient peut contribuer à permettre son identification et à accompagner les familles dans ces circonstances particulièrement difficiles. En cas de sollicitation, respectez strictement les modalités de transmission communiquées par les autorités compétentes afin de garantir la confidentialité et la sécurité des données médicales.

VIOLENCES AU CABINET

L'URPS à vos côtés



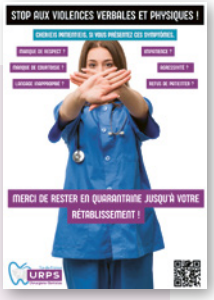
© magnific.com

Insultes, menaces, incivilités, dégradations ou agressions : aucune violence ne doit être banalisée dans l'exercice de notre métier.

Rappelons que le cadre juridique s'est renforcé avec la loi du 9 juillet 2025 visant à renforcer la sécurité des professionnels de santé. Avancée importante qui concerne désormais les chirurgiens-dentistes libéraux : l'URPS peut, dans certaines situations, déposer plainte pour votre compte. Depuis le décret du 20 juillet 2026, l'URPS de rattachement peut effectuer cette démarche pour les infractions visées par le dispositif, à condition d'avoir recueilli le consentement écrit de la victime, sous la forme d'un mandat accompagné de sa pièce d'identité. Le professionnel conserve la possibilité de mettre fin au mandat à tout moment et doit être informé de l'évolution de la procédure.

Les bons réflexes

Après les faits, mettez-vous en sécurité et appelez le 17 si nécessaire. Faites rapidement constater vos blessures et conservez toutes les preuves utiles. Contactez votre URPS pour connaître les modalités d'accompagnement et le référent à contacter. L'URPS peut vous accompagner en cas de violences, menaces, messages malveillants répétés, dégradations ou actes d'intimidation liés à votre activité. Depuis le 22 juillet 2026, vous pouvez mandater votre URPS pour déposer plainte en votre nom. Nous mettons actuellement en place un protocole opérationnel. L'URPS se chargera du dépôt et du suivi de la plainte : nous vous informerons de son évolution.



À AFFICHER DANS VOTRE CABINET

L'URPS met à disposition des outils prêts à l'emploi pour contribuer à prévenir les tensions et rappeler le cadre aux patients : affichages réglementaires, conseils de prévention et supports de sensibilisation. Une affiche dédiée aux violences est ainsi proposée gratuitement par l'URPS. Elle permet d'affirmer clairement, dans la salle d'attente ou au cabinet, que les violences verbales et physiques ne sont pas acceptées. **À télécharger >>>**

AFGSU 2

Les bons réflexes, ça s'acquiert

Merci aux participants et partenaires qui ont contribué au succès de la session AFGSU 2 organisée par notre URPS le 19 juin dernier. Fortement recommandée pour les chirurgiens-dentistes et les assistant(e)s dentaires, cette formation permet d'acquérir les compétences nécessaires à l'identification et à la prise en charge des urgences médicales au cabinet. L'attestation est valable 4 ans : à son terme, une remise à niveau (recyclage) d'une journée est nécessaire pour la renouveler.



Photos : © Carole Desheulles

PROCHAINES SESSIONS

- **Formation initiale** : 19-20 novembre et 14-15 décembre 2026.
- **Remise à niveau** : 18 novembre 2026.

Une inscription par participant.

Modalités et inscription sur notre site officiel









AGENDA

Nouvelle journée Dent'air !

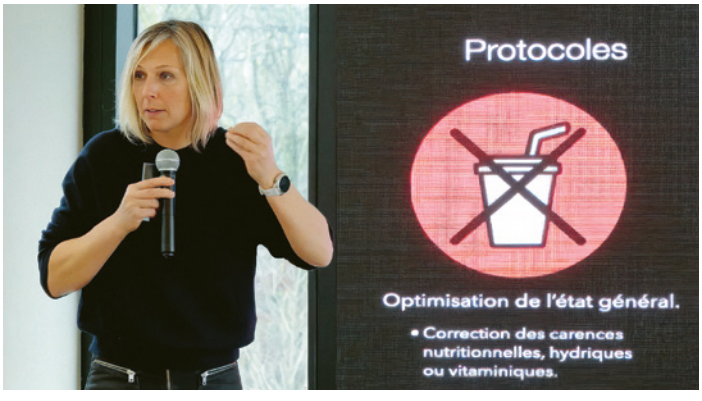


À vos agendas ! L'URPS CD IDF vous donne rendez-vous le mardi 26 janvier 2027 au Pavillon Royal, pour une nouvelle Journée Dent'air placée sous le signe de la santé globale, des échanges et du bien-être au travail.

Après une première édition qui avait rencontré un franc succès (et, sans jeu de mots, « couronnée de succès » dans ce cadre royal !), l'URPS CD IDF renouvelle ce rendez-vous pensé pour prendre du recul sur son exercice, partager les expériences et repartir avec des pistes concrètes pour prendre soin de soi… et continuer à prendre soin de ses patients.

Souvenez-vous de l'an dernier. La première Journée Dent'air, organisée autour du thème « Prendre soin de vous pour prendre soin de vos patients », avait réuni de nombreux chirurgiens-dentistes, habitués des rendez-vous de l'URPS comme nouveaux participants. Une journée riche en rencontres et en échanges, qui avait permis de croiser les regards autour de la respiration, de la prévention des troubles musculosquelettiques, de l'écoresponsabilité, de l'hypnose ou encore de la prévention de l'épuisement professionnel.

Forte de cette dynamique, l'édition 2027 élargira encore les perspectives, avec une journée construite autour d'interventions complémentaires et d'un même fil conducteur : mieux comprendre les liens entre santé, qualité de vie au travail et pratique professionnelle.



Au programme

▶ **La matinée** débutera avec le Dr Carole Leconte, pour une intervention de 1h30 sur « La prothèse sur implant pour omnipraticien et spécialiste : pièges et bonnes pratiques ». Elle sera suivie du Pr Isabelle Prêcheur, qui consacrera elle aussi 1h30 à un sujet essentiel : « Le rôle de la mastication dans l'équilibre nutritionnel et son lien avec la santé globale ». Une approche qui permettra de replacer la santé bucco-dentaire dans une vision plus large du patient et de ses équilibres.

▶ **Un temps d'échange** permettra ensuite de prolonger les réflexions avant une pause déjeuner, propice aux discussions informelles et aux rencontres entre confrères.

▶ **L'après-midi** prendra une autre dimension : le Dr Albert Moukheiber, docteur en neurosciences et psychologue clinicien, s'intéressera aux mécanismes de pensée et aux interactions humaines. Dr Nicolas Dritsch, chirurgien-dentiste et enseignant, apportera quant à lui son regard de praticien. Ensemble, ils croisent leurs expertises autour des compétences relationnelles au cabinet. La journée se poursuivra avec Mathilde Farcy, pour une heure consacrée à la méditation de pleine conscience, avant la clôture de cette nouvelle édition.

Échanges entre confrères, croisement des expertises et regards venus d'autres disciplines sont autant de ressources pour faire évoluer nos pratiques. Rejoignez-nous nombreux le 26 janvier 2027 pour une nouvelle Journée Dent'air à vivre comme une parenthèse pour prendre soin de soi, de son exercice et, finalement, de sa santé globale.

Pavillon Royal – Paris –Mardi 26 janvier 2027. De 9h à 17h30. Cocktail apéritif de clôture de 17h30 à 19h. Sur inscription >



Un tournoi de padel interpro pour les professionnels de santé



La Ligue Padel Santé Île-de-France a ouvert, le 1er octobre dernier, sa première saison, ouverte à tous les soignants, débutants comme confirmés. Une démarche qui veut faciliter la pratique sportive et créer du lien entre professionnels de santé. L'idée est née de l'expérience de Nathan El Bèze, cardiologue à l'hôpital Bichat : « *Je me suis mis au padel il y a un an et j'ai vite rencontré deux difficultés : trouver des partenaires disponibles et surtout de mon niveau.* » Des contraintes auxquelles s'ajoutent celles du métier de soignant. « *On passe beaucoup de temps à s'occuper des autres et finalement assez peu de nous-mêmes alors que c'est essentiel et je parle en connaissance de cause en tant que cardiologue* », souligne-t-il.

La ligue veut rendre la pratique aussi simple que possible. L'inscription sur la plateforme est gratuite : chacun renseigne son niveau et sa zone géographique, puis peut proposer un match au créneau de son choix ou rejoindre une partie existante avec des joueurs de niveau équivalent. Le championnat, amical, se déroulera toute l'année avec un match environ toutes les deux semaines. Plus de 100 soignants d'Île-de-France sont déjà inscrits « *mais il faudrait que nous soyons encore plus nombreux* », résume Nathan El Bèze. Alors, padel ce soir ?

padel-med-league.fr



© magnific.com

CABINET DENTAIRE

L'écoresponsabilité passe à la pratique



Réduire son impact environnemental tout en protégeant la santé des patients et des soignants : sur le principe, difficile de ne pas adhérer. Dans la pratique, la démarche est plus complexe, particulièrement en odontologie où les exigences de sécurité et de maîtrise du risque infectieux sont fortes. Une enquête menée par l'URPS chirurgiens-dentistes d'Île-de-France a permis d'identifier les attentes des praticiens. Depuis, plusieurs URPS se sont emparées collectivement du sujet et développent des outils pour faire entrer progressivement la santé environnementale dans les cabinets.



« *Tout est parti d'un constat : alors que les enjeux de santé environnementale prennent une place croissante dans le débat public et dans le système de santé, les professionnels libéraux disposent encore de peu d'outils adaptés à la réalité de leur exercice. C'est particulièrement vrai pour les chirurgiens-dentistes* », introduit Laurence Pereira, secrétaire générale de l'URPS chirurgiens-dentistes Île-de-France. Pour mieux cerner leurs attentes, l'URPS a mené en 2022 une enquête consacrée à la santé environnementale. 110 praticiens y ont répondu. Un échantillon limité, composé de professionnels plus sensibilisés que la moyenne certes, mais qui fait apparaître un enseignement majeur : le problème n'est pas tant de convaincre que de donner les moyens d'agir. Ainsi, 96 % des répondants déclarent déjà avoir adopté des habitudes favorables à l'environnement dans leur vie personnelle et près de 80 % considèrent la mise en œuvre d'actions environnementales dans leur activité professionnelle comme un devoir. Pourtant, parmi ceux qui n'ont pas engagé de démarche au cabinet, 52 % invoquent le poids des contraintes et 50 % reconnaissent ne pas savoir par où commencer. « *Il faut sortir de l'idée que ce ne sont que des contraintes ou un délire de bobo* », insiste Laurence Pereira. Derrière l'écoresponsabilité se trouvent en effet des enjeux très concrets : exposition aux substances chimiques, qualité de l'air intérieur, déchets, achats, consommations d'énergie et de ressources, mais aussi santé au travail et prévention.

Le cabinet dentaire, un cas particulier

Pour autant, transformer les pratiques ne peut se faire d'un claquement de doigts. L'exercice dentaire présente une particularité : le chirurgien-dentiste réalise des consultations, mais également de très nombreux actes invasifs. La maîtrise du risque infectieux, la stérilisation, la désinfection et l'utilisation de dispositifs médicaux et de consommables font partie du quotidien. « *Nous avons à la fois une activité de consultation et beaucoup d'actes qui s'apparentent à de la chirurgie. Il est donc plus compliqué de faire évoluer certaines pratiques que dans d'autres professions de santé* », souligne Laurence Pereira. L'enquête montre aussi que les interrogations dépassent largement la question du tri des déchets. Si 94 %

cabinetecoresponsable.fr
LE SITE DE RÉFÉRENCE POUR PASSER À L'ACTION

Comment réduire concrètement l'impact environnemental de son cabinet dentaire ? Le site Cabinet écoresponsable accompagne les chirurgiens-dentistes avec des solutions directement applicables à leur pratique. La rubrique « En pratique » permet d'explorer le cabinet pièce par pièce (salle de soins, stérilisation, accueil, laboratoire, espaces de repos…) et d'identifier les bons gestes à adopter.

- Fiches pratiques, conseils, références scientifiques et réglementaires, outils sur le tri et la gestion des déchets complètent ces ressources.
- Un calculateur simplifié d'empreinte carbone permet également de faire un premier état des lieux de son cabinet. Un outil intéressant pour sortir de la logique du « petit geste » et identifier les postes sur lesquels une action aura réellement du poids : achats, déplacements, équipements, organisation du cabinet…

Objectif : permettre à chacun d'identifier facilement ses marges de progression et d'agir à son rythme. Une véritable boîte à outils pour engager toute l'équipe du cabinet dans une démarche plus responsable.

des répondants pensent que certains produits chimiques utilisés pour les soins ou la désinfection peuvent présenter un danger sanitaire ou environnemental, seuls 36 % estiment savoir les reconnaître. Les attentes des praticiens placent ainsi en première position la maîtrise de l'exposition aux produits chimiques et aux perturbateurs endocriniens, devant les achats responsables, la prévention, les déchets et la qualité de l'air intérieur.

Du constat aux outils

À partir de ces besoins, les URPS Chirurgiens-Dentistes d'Île-de-France, d'Auvergne-Rhône-Alpes et de Provence-Alpes-Côte d'Azur ont développé une démarche commune autour du site web **cabinetecoresponsable.fr**. L'URPS Hauts-de-France a, depuis, rejoint le projet. L'objectif est de proposer aux praticiens non pas de grands principes, mais des solutions applicables au cabinet, reposant sur les données scientifiques actuellement disponibles. Le site permet ainsi d'entrer dans la démarche pièce par pièce : salle de soins, stérilisation, accueil et secrétariat, salle de repos, espaces intérieurs et extérieurs… À chaque pièce sont associés conseils, articles et ressources pratiques. La philosophie est celle d'une démarche progressive. Il ne s'agit pas de transformer du jour au lendemain son cabinet, mais d'intégrer peu à ▶



DÉCHETS : FAIRE MOINS & MIEUX

Peut-on éviter ce déchet ? Réduire le gaspillage ? Choisir un conditionnement différent ? Puis, lorsqu'il est produit, quelle est la bonne filière ? Réduire les déchets d'un cabinet dentaire ne signifie pas rogner sur l'hygiène ou la sécurité des soins. Le guide « Pour une gestion responsable des déchets au cabinet dentaire : Moins & Mieux ! », élaboré par l'interURPS, propose d'accompagner les praticiens vers une gestion plus raisonnée et adaptée à leur exercice. Ce guide aide à interroger la production des déchets avant même leur tri. L'objectif : disposer de repères concrets pour questionner ses pratiques, limiter les déchets évitables et mieux gérer ceux qui restent.

Télécharger le guide >>>


Attente / secrétariat


Stérilisation


Soins


Sanitaire


Repos / vestiaires


Extérieur / Intérieur



LE REGARD SCIENTIFIQUE

Dr Katia JEDEON, chirurgienne-dentiste, membre du CRAC, enseignante-chercheuse à l'Université Paris Cité, praticienne à l'hôpital Rothschild et chercheuse au sein du laboratoire Oral Health (Inserm UMR 1333).

« En odontologie, l'écoresponsabilité ne doit jamais compromettre la sécurité des patients et des professionnels. Elle invite plutôt à questionner la pertinence de nos pratiques à la lumière des données scientifiques. L'enjeu est de distinguer ce qui est indispensable de ce qui peut être optimisé, sans augmenter les risques. Cela suppose de traduire les connaissances scientifiques en recommandations applicables au quotidien. La sobriété chimique illustre cette démarche : utiliser le bon produit, à la bonne concentration et dans la juste quantité, pour limiter les expositions inutiles. Il faut aussi distinguer les petits gestes des leviers ayant un réel impact environnemental, notamment la prévention, les achats et l'organisation des soins. Les analyses de cycle de vie sont essentielles pour éviter les fausses bonnes idées. L'objectif n'est pas de faire moins bien avec moins, mais de concilier qualité des soins, sécurité et réduction des impacts environnementaux. »

Dans le cadre de la mise en place d'un score NNIS (National Nosocomial Infections Surveillance) adapté à l'odontologie, nous vous invitons à répondre au questionnaire d'évaluation du temps opératoire de différents actes en chirurgie dentaire, correspondant à votre pratique habituelle >>>

peu la santé environnementale aux décisions quotidiennes, au même titre que la qualité des soins, la sécurité ou les conditions de travail. « *L'enjeu n'est évidemment pas d'opposer sécurité sanitaire et environnement. Il s'agit au contraire d'identifier, avec les professionnels et les institutions, les pratiques qui peuvent évoluer sans compromettre la qualité et la sécurité des soins* », poursuit Cédric Tavan, chirurgien-dentiste à Marseille et vice-président de l'URPS PACA.

Faire évoluer les pratiques collectivement

Car la transition ne pourra pas reposer sur le seul chirurgien-dentiste. Elle concerne toute l'équipe du cabinet, mais aussi les fournisseurs, fabricants, organismes professionnels, institutions et pouvoirs publics. C'est pourquoi les URPS travaillent également avec les différents acteurs du secteur afin de faire évoluer les pratiques en amont. Certaines transformations dépendent directement du cabinet ; d'autres supposent de revoir des recommandations, des conditionnements, des produits ou des organisations. Cette dimension collective est essentielle pour éviter de transformer l'écoresponsabilité en une nouvelle série d'injonctions adressées aux praticiens. L'objectif est plutôt de rechercher des solutions qui conjuguent bénéfice environnemental, santé des patients, santé des professionnels et faisabilité au cabinet. « *Ce projet sert de base avancée pour montrer aussi que certaines recommandations ARS peuvent être allégées voire supprimées parfois car elles n'apportent rien et vont à l'encontre de l'écoresponsabilité. Nous avons déjà obtenu des petites victoires. Un exemple : nous avons eu la confirmation de certaines ARS que la désinfection des sols des salles d'attentes n'était pas nécessaire et que c'était même une hérésie. Mais attention, pour avancer tout cela, nous nous sommes entourés d'un comité d'experts scientifiques* », insiste Cédric Tavan.

Et le chantier ne fait que commencer. Parmi les sujets appelés à prendre davantage de place figure notamment celui de la sobriété chimique : mieux connaître les substances auxquelles patients et professionnels sont exposés, identifier les produits les plus préoccupants et, lorsque cela est possible, réduire leur utilisation ou rechercher des alternatives. Après les déchets et le carbone, la santé environnementale en cabinet dentaire entre ainsi dans une nouvelle phase : celle d'une réflexion sur les produits eux-mêmes et sur leurs effets à la fois sur l'environnement et sur la santé.

Dr ALICE BARAS, fondatrice d'ECOPS Conseil

« Plus que des écogestes, c'est notre santé commune que nous avons à cultiver ensemble »



Membre fondatrice du Comité de Réflexion et d'Action du site internet cabinetecoresponsable.fr, Alice Baras a exercé pendant quinze ans avant de faire de la santé-environnement le cœur de son activité… Fondatrice d'ECOPS Conseil, autrice du « Guide du cabinet de santé écoresponsable » et contributrice à la feuille de route ministérielle de la transition écologique du système de santé, elle accompagne aujourd'hui les professionnels pour faire évoluer leurs pratiques.

© Studio1822 / Luc Camberlein

Alice, vous avez exercé la chirurgie dentaire pendant quinze ans. Comment êtes-vous passée du soin à la promotion de la santé environnementale ?

J'ai adoré exercer mon métier pendant 15 ans et accompagner les patients vers une bonne santé orale. Puis, un problème de santé m'a obligée à arrêter mon activité au fauteuil, et c'est aussi à ce moment que j'ai eu un véritable déclic écologique. Je m'interrogeais depuis plusieurs années sur l'impact de ma pratique, des produits et des équipements que j'utilisais. Des patientes enceintes me questionnaient également sur ces sujets et j'avais finalement assez peu de réponses. J'ai donc décidé de me former, d'abord en faisant un diplôme universitaire (DU) en développement durable en santé, un DU en management de la qualité des soins en cabinet dentaire, puis un DU en médecine environnementale, et plus récemment, un Master en Sciences de la santé, de l'environnement et des territoires soutenables. Mon fil rouge était déjà là : comment engager la profession autour de ces enjeux, et pas seulement changer mes « petites habitudes » ? Les enquêtes réalisées dans le cadre de mes mémoires ont confirmé qu'il existait un vrai besoin, des questionnements et finalement peu de réponses « professionnelles » à ces questions de santé publique. Promouvoir la santé-environnement, c'est prendre soin et chercher à agir favorablement sur les facteurs environnementaux qui déterminent notre santé. Je suis toujours dans le soin !

Comment cette réflexion s'est-elle transformée en activité professionnelle ?

Les rencontres faites pendant mes formations ont été déterminantes. Avec l'URPS des chirurgiens-dentistes de Bretagne, nous avons mené un premier projet (qui a reçu le Trophée breton du développement durable décerné par l'ADEME et l'ARS Bretagne). J'ai ensuite travaillé avec plusieurs autres URPS, des caisses d'Assurance maladie et l'Association dentaire française, ce qui a conduit à la réalisation d'un livret sur la démarche écoresponsable en cabinet dentaire. Aujourd'hui, je travaille avec des associations, des institutions, et notamment avec l'inter-URPS autour du projet cabinetecoresponsable.fr. En 2023, j'ai été sollicitée pour l'élaboration de la feuille de route de la transition écologique du système de santé avec le ministère en charge de la Santé.

Quand on parle d'écoresponsabilité en cabinet dentaire, on pense immédiatement aux déchets. Est-ce vraiment l'enjeu principal ?

C'est souvent par les déchets que vient la prise de conscience que ça ne peut pas être un bon système, parce qu'ils sont très visibles dans les poubelles. Mais ils ne constituent pas le principal poste de l'empreinte carbone. Il faut savoir



De gauche à droite : Alice Baras aux côtés du Dr Laurence Pereira, chirurgien-dentiste élue URPS et référente du programme Cabinet écoresponsable ; Dr Emmanuelle Joseph, pilote du groupe de travail Transition écologique et Prévention du risque infectieux (TEPRI) au sein de Société française d'hygiène hospitalière ; Clara Mourgues, cheffe de projet Transition écologique et santé, ministère chargé de la Santé (DGOS) et Dr Fabienne Robichon, présidente de l'URPS CD libéraux d'Île-de-France.

« La méprise serait de ne se concentrer que sur les déchets. »

que le système de santé français représente environ 6 % de l'empreinte carbone nationale et la gestion des déchets représente à peine 5 % de celle-ci. Les produits de santé, mais aussi les déplacements des patients, des professionnels ou des prestataires, sont des enjeux majeurs. Toutefois, il ne faut pas regarder le sujet uniquement sous le prisme du carbone. La sobriété chimique est, par exemple, une préoccupation croissante des chirurgiens-dentistes. L'antibiorésistance en est une autre : notre profession a un rôle à jouer dans la juste prescription des antibiotiques* et bien sûr dans la prévention des maladies infectieuses.

Jusqu'où peut-on aller sans compromettre les exigences d'hygiène et de sécurité des soins ?

La qualité et la sécurité des soins restent évidemment un prérequis. L'objectif est de faire évoluer les pratiques et les recommandations dans une approche plus globale de la santé, de manière raisonnée au sein des cabinets. Ce n'est pas d'appliquer des « écogestes » les uns à la suite des autres sans réflexion, sans vision à long terme. Valoriser les cobénéfices ou cobienfaits de la démarche peut être très moteur : une action peut être meilleure pour la préservation des écosystèmes, mais aussi pour la santé physique, mentale et sociale du praticien et du patient, pour l'organisation du cabinet ou pour son équilibre économique.

Que conseilleriez-vous à un chirurgien-dentiste convaincu, mais qui ne sait pas par où commencer ?

Le point de départ est de se demander pourquoi on veut agir, quelles sont ses valeurs et ce qui nous meut. Est-ce parce que l'on ne supporte plus de voir le volume de sa poubelle ? Parce que l'on s'interroge sur son exposition aux produits chimiques ? Parce que l'on souhaite préserver la biodiversité, limiter le dérèglement climatique ? Le point de départ dépend des sensibilités de chacun. Ensuite, il faut s'informer, se former, choisir ses priorités et construire une feuille de route avec des objectifs réalistes que l'on se fixe pour la semaine ou l'année suivante par exemple, selon la complexité. L'important est d'intégrer durablement ces changements au fonctionnement du cabinet.



PRATIQUE

Le site Internet regorge de ressources utiles pour votre quotidien professionnel. Disponible au téléchargement et à l'impression, retrouvez par exemple le tableau des consignes de tri des déchets au cabinet dentaire et des différents types de plastiques.

Plus d'infos sur le site cabinetecoresponsable.fr >>>

Finalement, existe-t-il une « boîte à outils » universelle du cabinet dentaire écoresponsable ?

Je ne crois pas qu'il faille dire aux professionnels : « Vous devez faire ceci ou cela. » Un petit geste ne suffit pas et il ne faut pas sous-estimer la nécessité de construire une véritable démarche. Nous avons une responsabilité particulière en tant que professionnels de santé, notamment celle d'assurer la continuité des soins. La crise du Covid nous a rappelé notre dépendance à des produits venant parfois de l'autre bout du monde. Lorsque c'est possible, réduire certains usages uniques au profit de solutions réutilisables et stérilisables peut aussi contribuer à rendre notre système de soins plus robuste. Pour moi, la conscience environnementale relève avant tout de valeurs et de prendre soin dans une approche globale de la santé. Chacun part de son propre constat, de ses envies, puis bâtit son parcours et sa feuille de route. C'est précisément là que l'accompagnement prend tout son sens.

**10% des antibiotiques prescrits en France le sont par des dentistes.*

MARC ROZENBLAT
Médecin du sport et enseignant

Bouger pour mieux exercer et rester en bonne santé

Médecin du sport, enseignant, ancien médecin fédéral national de gymnastique et habitué des grands rendez-vous sportifs, le Dr Marc Rozenblat défend une conviction simple : bouger est l'un de nos meilleurs alliés pour rester en bonne santé comme traitement non médicamenteux. Un message qui concerne tout particulièrement les chirurgiens-dentistes, dont l'exercice quotidien impose des postures statiques prolongées, souvent asymétriques et contraignantes pour le dos, la nuque et les épaules. Face à ces sollicitations répétées, l'activité physique constitue un précieux outil de prévention.

Dr Rozenblat, vous vouliez devenir professeur de sport. Comment et pourquoi en êtes-vous arrivé à la médecine du sport ?
Un peu par hasard ! J'ai obtenu mon baccalauréat à 15 ans et j'étais trop jeune pour commencer les études qui devaient me conduire au professorat d'éducation physique. Mes amis s'inscrivaient en médecine, alors je les ai suivis à la faculté de médecine de Lariboisière, à Paris, en me disant que cela me formerait en partie pour mon futur métier. Finalement, j'ai découvert des disciplines médicales passionnantes et j'ai réussi le concours de première année de médecine. Il a donc fallu choisir. Je me suis dit : « Si je deviens médecin, je serai le médecin de mes copains sportifs ! » Et c'est exactement ce qui s'est passé.

Le sport était déjà très présent dans votre vie ?
Depuis toujours. Je pratique la gymnastique depuis l'enfance et je suis licencié à la Fédération depuis plus de cinquante ans. J'ai été médecin fédéral national de gymnastique pendant plusieurs années. J'ai même épousé une gymnaste… et nous nous sommes mariés dans un gymnase ! Difficile de faire plus cohérent. Le sport m'a aussi permis de beaucoup voyager et d'accompagner des équipes lors de grands événements. Aux Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris, j'étais notamment médecin pour le golf et pour le paratir à l'arc.

Aujourd'hui, que recouvre votre activité ?
J'exerce en activité libérale en cabinet médical à Ozoir-la-Ferrière, en Seine-et-Marne, en Île-de-France, et je suis attaché praticien contractuel à l'hôpital du Kremlin-Bicêtre de l'AP-HP. Je pratique la médecine du sport, la médecine manuelle, la traumatologie, l'échographie de l'appareil locomoteur et les traitements innovants comme la neurocryostimulation (traitement par choc thermique à -78°C) et par PRP (plasma riche en plaquettes). Je suis également directeur pédagogique d'un enseignement de médecine manuelle à l'Université Paris-Saclay et très investi dans plusieurs sociétés savantes françaises, européennes et internationales, et dans des organisations consacrées au sport-santé en France et à l'étranger.

Vous militez aussi pour que la médecine du sport devienne une spécialité à part entière…
Oui. Elle ne l'est toujours pas en France, contrairement à ce qui existe dans plusieurs pays européens. Nous travaillons pour obtenir la création ▸



PORTRAIT-ROBOT /SES MANDATS ACTUELS

- *Président du Syndicat national des médecins du sport-santé (SNMS-Santé),*
- *Past-président de la Société française de médecine manuelle orthopédique et ostéopathie médicale*
- *Secrétaire Général de l'Union européenne de médecine manuelle orthopédique*
- *Vice-président du Groupement latin et méditerranéen de médecine du sport*
- *Président du District France du Panathlon International (clubs services dédiés aux sports)*
- *Directeur pédagogique d'un enseignement de médecine manuelle à l'Université Paris-Saclay*
- *Secrétaire général adjoint de la Société Française de Sport Santé.*
- *Président de l'Amicale des médecins enseignés et des médecins enseignants de médecine manuelle et ostéopathie médicale de la faculté de médecine du Kremlin-Bicêtre de l'Université Paris-Saclay*
- *Trésorier de la Société Internationale Francophone du Sport Santé.*
- *Vice-président du Syndicat des Médecins Libéraux*
- *Élu URPS Médecins libéraux Île-de-France : co-coordonnateur de la commission santé publique et de la commission sport-santé.*
- *Directeur de publication de Cinésiologie, de la Revue de Médecine Manuelle Orthopédique et Ostéopathie médicale, et dans le comité de rédaction de Docdusport.*

d'une véritable spécialité avec une formation en D.E.S. sur quatre ans. La médecine du sport nécessite des compétences très spécifiques. Et j'accorde beaucoup d'importance à leur transmission aux jeunes médecins qui la réclament à la majorité d'entre eux, plutôt que de passer de nombreux diplômes universitaires en formation continue avant de maîtriser la pluridisciplinarité de la médecine du sport, tel que le Syndicat National des Médecins du Sport-Santé, que je préside depuis 10 ans, le préconise.

Pourquoi le sport-santé devrait-il intéresser les chirurgiens-dentistes particulièrement ?
Parce qu'un chirurgien-dentiste peut travailler dix ou douze heures par jour en passant une grande partie de ce temps assis. Au-delà de sept heures quotidiennes en position assise, on entre dans la sédentarité. Faire du sport le soir n'efface pas complètement cette réalité : on peut être sportif et sédentaire à la fois. L'activité physique est pourtant l'un des outils les plus efficaces dont nous disposons pour conserver une espérance de vie en bonne santé. Elle participe à la prévention des maladies cardiovasculaires, d'un grand nombre de cancers, de l'ostéoporose et de la perte d'autonomie. Le principe du sport-santé tient finalement en quelques mots : « Tout le monde doit bouger pour être en bonne santé le plus longtemps possible. »

Les chirurgiens-dentistes connaissent aussi bien les douleurs de dos, de nuque ou d'épaules. Le sport peut-il protéger leur outil de travail, c'est-à-dire leur propre corps ?
Bien sûr. Le métier impose des postures très particulières, parfois maintenues longtemps, avec beaucoup de précision dans le geste manuel. Il faut donc entretenir son appareil locomoteur. Marcher est important pour lutter contre la sédentarité, mais il faut aussi penser au renforcement musculaire, à la mobilité, à la coordination et à l'équilibre. L'idée n'est pas d'aller soulever des poids énormes ! Il s'agit d'avoir un corps suffisamment entretenu pour mieux supporter les contraintes répétées de la vie professionnelle. Et surtout, autre précieux conseil : il faut agir avant d'avoir mal. Quand on commence à ressentir régulièrement une gêne au niveau du dos, du cou ou des épaules, il ne faut pas considérer que c'est simplement « normal parce qu'on est dentiste ».

Comment trouver du temps pour faire du sport lorsque l'agenda du cabinet déborde déjà ?
Il faut être pragmatique. L'objectif est d'intégrer minimum trente minutes d'activité physique dans la journée, idéalement en une fois, mais on peut commencer autrement. Pour un chirurgien-dentiste, cela peut être sortir, marcher dix à quinze minutes pendant une pause, puis recommencer plus tard, faire les petits trajets à pied ou aller travailler à vélo lorsque c'est possible. On ne se brosse pas les dents 7 fois uniquement le dimanche. Le brossage doit être quotidien, si possible au moins 2 fois par jour. Et marcher ne signifie pas simplement flâner : il faut essayer d'atteindre une intensité située à la limite de l'essoufflement, adaptée bien sûr à la condition physique de chacun. Les montres connectées peuvent être utiles pour suivre sa fréquence cardiaque, mais l'essentiel est d'apprendre à connaître son corps et ses sensations.

> *« Ce qui compte avant tout, c'est la régularité. Mieux vaut une activité raisonnable et régulière qu'un effort très intense.*

Faut-il forcément transpirer pour que cela soit efficace ?
Non, et c'est justement une idée reçue qu'il faut combattre. L'objectif du sport-santé n'est ni la performance ni le dépassement de soi à tout prix. On cherche une activité suffisamment soutenue pour solliciter l'organisme, idéalement jusqu'à la limite de l'essoufflement, mais toujours adaptée à l'âge, à la condition physique et à l'état de santé de chacun. Cela peut être de la marche rapide, du vélo, de la natation, du renforcement musculaire... Il n'est pas nécessaire de terminer sa séance épuisé pour qu'elle soit bénéfique. Ce qui compte avant tout, c'est la régularité. Mieux vaut une activité raisonnable que l'on pratique plusieurs fois par semaine qu'un effort très intense que l'on abandonnera au bout de quelques séances. Et surtout, le maître mot, c'est le plaisir. Si l'activité physique devient une contrainte supplémentaire dans des journées professionnelles déjà très chargées, il sera difficile de la maintenir pendant des années. Il faut trouver ce qui nous convient, ce qui nous donne envie de recommencer.

Des exercices simples à intégrer dans sa routine au cabinet ?
Entre deux patients, quelques minutes peuvent suffire pour remettre le corps en mouvement. Mobiliser doucement les poignets, relâcher

DENTISTES : ET SI VOUS FAISIEZ AUSSI BOUGER VOTRE JOURNÉE ?

ORDONNANCE PERSONNELLE POUR LES LECTEURS DE MORDICUS

Concentré sur son patient, le chirurgien-dentiste peut enchaîner les rendez-vous sans vraiment quitter son fauteuil. Une journée exigeante pour le corps, faite de positions maintenues et de gestes répétés. Pour le Dr Marc Rozenblat, médecin du sport, la réponse ne consiste pas nécessairement à se transformer en marathonien : il faut d'abord remettre du mouvement dans le quotidien.

SON ORDONNANCE SPORT-SANTÉ ?

- Profiter d'une pause pour marcher dix à quinze minutes, faire les petits trajets à pied jusqu'à la station de métro ou de bus, prendre les escaliers, venir au cabinet à vélo lorsque c'est possible et viser, progressivement, **au moins une trentaine de minutes d'activité physique par jour**. « Il faut trouver des astuces pour éviter cette sédentarité », insiste-t-il.

- Mais attention à **ne pas confondre sport et mouvement**. Une séance intense en fin de journée n'efface pas toutes les heures passées assis. L'enjeu est aussi de rompre régulièrement les périodes d'immobilité. Et pour tenir dans la durée, Marc Rozenblat pose une condition : « Le maître mot, c'est le plaisir. Cela ne doit pas devenir une corvée. »

- Pour ceux qui ne savent pas par où commencer, médecins, et médecins du sport en particulier, et Maisons Sport-Santé peuvent aider à construire **une reprise progressive associant endurance, renforcement musculaire, équilibre et coordination**. Avec une idée simple : prendre soin du praticien pour lui permettre de continuer à prendre soin de ses patients.



© magnific.com

les épaules, effectuer quelques mouvements de la nuque ou s'étirer permet de rompre avec les postures statiques maintenues pendant les soins. Sans constituer une séance de sport à proprement parler, ces gestes simples peuvent s'intégrer à une routine quotidienne au cabinet et contribuer à limiter les tensions liées à la répétition des gestes et au maintien prolongé de certaines positions.

En conclusion ?

C'est peut-être finalement le message le plus important du sport-santé : il n'est jamais trop tard pour commencer et il n'est pas nécessaire de devenir un grand sportif. Il faut simplement remettre du mouvement dans son quotidien, progressivement et durablement. Pour un chirurgien-dentiste comme pour n'importe quel professionnel de santé très sédentaire, ces quelques habitudes prises aujourd'hui sont aussi une façon de préserver sa santé et son autonomie pour demain.



URPS CD IDF

Une institution au service de la santé bucco-dentaire régionale

L'Union Régionale des Professionnels de Santé des Chirurgiens-Dentistes d'Île-de-France représente les quelque 7 500 chirurgiens-dentistes libéraux de la région. Association loi 1901, elle a été instituée par la loi Hôpital, Patients, Santé et Territoires (HPST) du 21 juillet 2009, et son fonctionnement est encadré par le décret du 2 juin 2010.

L'URPS CD IDF est pilotée par 24 chirurgiens-dentistes conventionnés en activité, élus pour cinq ans par leurs pairs. Ils assurent une représentation locale sur leur territoire et sont mobilisés sur différentes fonctions au sein de l'URPS : commissions, groupes de travail et projets.

Missions

Les prérogatives de l'URPS sont fixées par l'article R4031-2 du Code de la Santé Publique. Elles consistent principalement à contribuer à l'organisation et à **l'évolution de l'offre de santé au niveau régional**, à l'analyse des besoins de santé et de l'offre de soins, ainsi qu'à l'organisation de l'exercice professionnel, notamment en ce qui concerne la permanence des soins, la continuité des soins et les nouveaux modes d'exercice.

Journées de formation et événements professionnels

L'URPS CD IDF organise tout au long de l'année des **journées de formation et des événements professionnels (webinaires, tables rondes politiques…) pensés pour enrichir les pratiques et favoriser les échanges entre confrères**. En 2026, les formations ont couvert des thématiques variées : sommeil, pédodontie, hypno-relaxation, santé mentale, gestion du stress, AFGSU2 et choix du mode d'exercice, touchant plusieurs centaines de participants. En parallèle, quatre rendez-vous événementiels ont déjà réuni la profession : la Journée DENT'AIR, une table ronde sur la nutrition et une soirée sur le traitement parodontal pour les étudiants en lien avec l'association T1. Ces temps forts alternant conférences thématiques, ateliers pratiques, interventions d'experts et moments d'échanges informels entre praticiens.

L'URPS EN CHIFFRES

7 500
chirurgiens-dentistes libéraux représentés

1re
région en termes de densité de professionnels

8
départements

Enjeux

Son financement repose sur une cotisation obligatoire versée par chaque chirurgien-dentiste libéral de la région via l'URSSAF. Interlocuteur institutionnel incontournable, l'URPS CD IDF travaille en étroite collaboration avec l'Agence Régionale de Santé (ARS) Île-de-France pour **mettre en œuvre le Projet Régional de Santé** et répondre aux enjeux d'accès aux soins d'une région de plus de 12 millions d'habitants.

Ne pas confondre URPS, Ordre & syndicats !

	Union Régionale des Professionnels de Santé	Ordre des chirurgiens-dentistes	Syndicats nationaux de chirurgiens-dentistes
DÉFINITION	Association représentant les chirurgiens-dentistes libéraux conventionnés à l'échelle régionale.	Organisme regroupant l'ensemble des membres d'une même profession, qui assure sa régulation.	Groupement constitué pour la défense des intérêts des chirurgiens-dentistes libéraux.
MISSIONS	> Participe à l'élaboration du projet régional de santé avec l'ARS. > Contribue à l'organisation de l'offre de soins. > Favorise le développement des nouveaux modes d'exercice, du DPC et des outils de communication.	Assure la défense de l'honneur et de l'indépendance de la profession de chirurgien-dentiste.	Représentatifs : > Négocient la convention > Siègent dans les commissions paritaires de l'Assurance Maladie. Tous : Défendent les intérêts des professionnels.
INTERLOCUTEURS	ARS et ses composantes territoriales, Préfectures, Conseils départementaux et régionaux, autres URPS de la région, associations de patients...	> CNO : ministère de la Santé. > CRO : ARS, Préfecture, URPS. > CDO : CPAM, usagers, chirurgiens-dentistes.	Commissions paritaires de l'Assurance Maladie (CPD, CPR et CPN), ministère de la Santé, Agence du DPC, Ordre, URPS...
ADHÉSION	Obligatoire (via l'URSSAF)	Obligatoire (via le CNO)	Facultative mais fortement conseillée

QUI DOIS-JE CONTACTER ?	URPS	ORDRE	SYNDICATS
Je m'installe / je déménage	✓	✓	✓
J'ai un litige avec les caisses de Sécurité sociale	✗	✗	✓
Je souhaite défendre mes confrères au niveau local	✗	✗	✓
J'ai besoin d'outils pour mon activité libérale	✓	✗	✓
Je souhaite participer à une action de santé publique (Mois sans tabac...)	✓	✗	✗
Je suis en épuisement professionnel	✓	✗	✓
Je me fais agresser dans l'exercice de ma profession	✓	✓	✓
Je signe un contrat (remplacement, collaboration, SCP, SCM...)	✓	✓	✓
J'ai besoin de conseils pour l'aide à l'installation	✓	✓	✓

Gouvernance

L'URPS CD IDF est pilotée par 24 chirurgiens-dentistes libéraux en activité, élus pour 5 ans. Ils assurent une représentation locale sur leur territoire et sont mobilisés sur différentes fonctions au sein de l'URPS : commissions, groupes de travail, projets.



Dr Fabienne Robichon
PRÉSIDENTE



Dr Laurence Pereira
SECRÉTAIRE GÉNÉRALE



Dr Georges Noachovitch
TRÉSORIER



Dr Laurent Pinto
VICE-PRÉSIDENT



Dr Matthieu Delbos
SECRÉTAIRE GÉNÉRAL ADJOINT



Dr Nadia Abarqi
TRÉSORIÈRE ADJOINTE

Aux côtés du bureau, ces chirurgiens-dentistes de notre région composent l'assemblée générale de notre URPS : Dr Samia AMARA (Le Blanc-Mesnil), Dr Marie-Christine BARBOTIN (Issy-les-Moulineaux), Dr Déborah Elstein Bellaiche (Paris), Dr Violette BERE (Beaumont-sur-Oise), Dr Julien BUCZKO (Yerres), Dr Xavier DIAZ (Emerainville), Dr Gilles DEMELON (Paris), Dr Pétra FATON (Paris), Dr Muriel FORESTI WAGNER (Paris), Dr Nicolas GIRARD (Paris), Dr Nicolas GOOSSENS (Meaux), Dr Yann LAINE (Poissy), Dr Rémi LAVASTE (Versailles), Dr Thomas-Olivier MCDONALD (Rueil-Malmaison), Dr Philippe RIBET (L'Isle-Adam), Dr Sydney SARFATI (Paris), Dr Anne-Charlotte SIX (Poissy), Dr Jérôme ZULBERTY (Massy).

CONTACT : 01 45 00 86 67

Vos événements à venir...

AFGSU 2 initiale et réactualisation : toutes les dates du semestre à venir



© Carole Desheulles

L'URPS des Chirurgiens-Dentistes d'Île-de-France propose aux chirurgiens-dentistes libéraux et à leurs assistant.e.s des sessions de formation AFGSU de Niveau II sur deux jours dans les locaux de l'URPS CD IDF, 4 rue de Traktir, 75016 Paris, de 8h30 à 18h.
Elle sera validée à la suite d'un e-learning.

Ces formations sont dispensées par des médecins-formateurs à des groupes de 12 personnes maximum.

Le coût de l'AFGSU 2 est de 400 € par praticien, ou assistant(e) dentaire. Le coût de la remise à niveau de l'AFGSU 2 est de 250 € par personne.

Une attestation de formation AFGSU de niveau 2 de moins de quatre ans vous sera demandée.

AFGSU 2 INITIALE :

- **18 et 19 janvier 2027**
- **18 et 19 mars 2027**
- **26 et 27 avril 2027**
- **27 et 28 mai 2027**
- **21 et 22 juin 2027**

RÉACTUALISATION :

- **20 janvier 2027**
- **25 mars 2027**
- **29 avril 2027**
- **26 mai 2027**
- **17 juin 2027**

S'inscrire :

Jeudi 19 novembre 2026

18h30 > 22h30.
Soirée-rencontre pluridisciplinaire.

« Semaine de la dénutrition : troubles du comportement alimentaire & santé bucco-dentaire »

Intervenants : Sarah Pinto (psychologue clinicienne, docteure en santé publique), le Dr Isabelle Rodrigues et, en temps fort de la soirée, le Dr Gil Tirlet (dentiste, praticien hospitalier et maître de conférences) qui partagera son expertise en dentisterie biomimétique, appliquée à la prise en charge de l'usure érosive.

Inscriptions >>>

Jeudi 17 décembre 2026

9h > 18h. Formation :

« Gérer les agressions et gérer son stress »

Découvrez tous les autres événements, formations, ateliers, webinaires...

Glossaire

ACI — Accord Conventionnel Interprofessionnel. Accord entre l'Assurance maladie et les professionnels de santé libéraux, notamment pour financer les CPTS.

ADELI — Automatisation DEs LIstes. Système d'information national répertoriant les professionnels de santé, du social et les psychologues.

AFGSU — Attestation de Formation aux Gestes et Soins d'Urgence. Formation obligatoire pour les professionnels de santé, incluant les chirurgiens-dentistes.

ALD — Affection de Longue Durée. Maladie chronique ouvrant droit à une prise en charge à 100 % par l'Assurance maladie.

AME — Aide Médicale de l'État. Dispositif permettant aux personnes en situation irrégulière d'accéder aux soins, dont les soins dentaires.

ARS — Agence Régionale de Santé. Interlocuteur institutionnel principal de l'URPS pour la mise en œuvre de la politique de santé en Île-de-France.

CARCDSF — Caisse Autonome de Retraite des Chirurgiens-Dentistes et des Sages-Femmes.

CCAM — Classification Commune des Actes Médicaux. Nomenclature de référence pour la cotation et la facturation des actes dentaires.

CDF — Chirurgiens-Dentistes de France (ex-CNSD).

CDO — Conseil Départemental de l'Ordre.

CESP — Contrat d'Engagement de Service Public. Allocation aux étudiants en odontologie pour une future installation dans une zone sous-dotée.

CODAMUPS-TS — Comité Départemental de l'Aide Médicale Urgente, de la Permanence des Soins et des Transports Sanitaires. Instance à laquelle l'URPS participe pour organiser la permanence des soins dentaires.

CRSA — Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie. Instance consultative régionale à laquelle l'URPS contribue dans le cadre de l'élaboration du PRS.

CURPS — Cotisation aux Unions Régionales des Professionnels de Santé. Contribution obligatoire prélevée annuellement par l'URSSAF auprès de chaque chirurgien-dentiste libéral pour financer l'URPS.

DAC — Dispositif d'Appui à la Coordination. Structure territoriale d'appui aux professionnels de santé pour fluidifier les parcours de soins complexes.

DMP — Dossier Médical Partagé. Outil numérique de partage d'informations médicales entre professionnels de santé.

ESP — Équipe de Soins Primaires. Regroupement de professionnels de santé de premier recours.

ETP — Éducation Thérapeutique du Patient.

FSDL — Fédération des Syndicats Dentaires Libéraux. Premier syndicat représentatif des chirurgiens-dentistes libéraux, disposant du plus grand nombre de sièges à l'URPS CD IDF.

HAS — Haute Autorité de Santé. Produit les recommandations de bonnes pratiques cliniques en odontologie que l'URPS relaye auprès des praticiens.

HPST — Loi Hôpital, Patients, Santé et Territoires (2009). Loi fondatrice des URPS, définissant leur cadre juridique et leurs missions.

ISOA — Innovation Santé Orale et Autonomie. Plateforme développée par l'URPS pour améliorer la prise en charge bucco-dentaire des personnes en perte d'autonomie.

LFSS — Loi de Financement de la Sécurité Sociale. Loi annuelle fixant les règles de remboursement et les objectifs de dépenses en santé, dont les soins dentaires.

MSP — Maison de Santé Pluriprofessionnelle. Structure d'exercice coordonné pouvant inclure un chirurgien-dentiste ; l'URPS accompagne les projets d'installation.

NGAP — Nomenclature Générale des Actes Professionnels. Référentiel de cotation des actes dentaires de base (consultations, soins conservateurs).

ONCD — Ordre National des Chirurgiens-Dentistes. Instance ordinale nationale, distincte de l'URPS, chargée de la déontologie et de l'inscription au tableau.

PDS — Permanence Des Soins. Organisation des soins dentaires en dehors des horaires habituels, pilotée en lien avec le CODAMUPS-TS et l'ARS.

PRS — Projet Régional de Santé. Document stratégique de l'ARS auquel l'URPS contribue activement.

RHAPSOD'IF — Réseau de santé bucco-dentaire francilien dédié à la prise en charge des personnes en situation de handicap, soutenu par l'URPS CD IDF.

RPPS — Répertoire Partagé des Professionnels de Santé. Base nationale d'identification des chirurgiens-dentistes.

SOSS — Santé Orale et Soins Spécifiques. Association partenaire de l'URPS intervenant dans la prise en charge bucco-dentaire des personnes vulnérables.

UFSBD — Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire.

CHIRURGIENS-DENTISTES, agissons pour une santé durable !



cabinetecoresponsable.fr

VOS OUTILS

Guide pratique
« Moins et Mieux : pour une gestion responsable des déchets au cabinet dentaire »

Calculateur
simplifié pour évaluer l'empreinte carbone de votre cabinet

Fiches
thématiques pour révolutionner votre pratique au quotidien

Ressources
publications scientifiques, affiches, contacts...

Avec le soutien de l'Assurance Maladie

Île-de-France URPS Chirurgiens-Dentistes

URPS Chirurgiens-Dentistes Hauts-de-France

URPS Chirurgiens Dentistes Auvergne Rhône-Alpes

URPS Sud - PACA