



DUO DE CHOC
Deux CV différents et une même
envie de soigner autrement
pour Alain Toledano (de dos)
et Satinath Sarangi.

LA MÉDECINE DE DEMAIN sera intégrative

Face à l'explosion des maladies chroniques, deux acteurs de terrain, Alain Toledano et Satinath Sarangi, plaident pour une médecine intégrative : unir les êtres, les pratiques et les territoires pour mieux soigner.

PAR RÉJANE D'ESPIRAC – PHOTOGRAPHIES ÉRIC GARAUULT

La rencontre entre les deux hommes, organisée par *We Demain*, a lieu le 17 juin 2025, à Levallois-Perret (92), dans les locaux de l'Institut Rafaël. Rafaël, « l'ange de la guérison », nous est-il précisé. D'un côté, le Pr Alain Toledano. Ce dernier joue à domicile : oncologue radiothérapeute, il est le fondateur de l'Institut. L'ingénieur et entrepreneur social Satinath Sarangi, lui, vient de beaucoup plus loin. Bhopal, Madhya Pradesh, Inde. Et plus précisément, des quartiers défavorisés, marqués par la plus grave catastrophe industrielle de l'histoire. Il y dirige le centre de soins Sambhavana – qui signifie en sanskrit « la possibilité ».

Tous deux ont la volonté de relever le même défi : répondre efficacement aux maladies chroniques causées par des environnements et des modes de vie dégradés. « À Bhopal, la toxicité des 27 tonnes de gaz qui se sont échappées de l'usine Union Carbide en 1984, ainsi que la pollution des sols et de l'eau engendrée par les déchets chimiques laissés sur place, ont engendré des problèmes de santé récurrents », explique Satinath Sarangi.

Les atteintes sont multiples : systèmes respiratoire, reproductif, musculosquelettique et surtout immunitaire. Six hôpitaux ont été construits, mais l'état des patients ne s'est pas amélioré. « Les médicaments qui leur étaient administrés, essentiellement des antidouleurs, des antibiotiques, des stéroïdes et des psychotropes, les soulageaient temporairement mais ne les soignaient pas », poursuit-il. Au bout d'une dizaine d'années, leur consommation a fini par engendrer des phénomènes d'accoutumance, de dépendance, voire l'apparition de nouvelles pathologies – des déficiences rénales, par exemple.

MOBILISER LES RESSOURCES DE VIE

« Cette situation nous concerne, estime le Pr Alain Toledano. La pollution tue aujourd'hui 9 millions de personnes par an dans le monde. C'est comme si New York disparaissait chaque année ! » Nos modes de vie, aussi, engendrent de plus en plus de pathologies. Malbouffe, stress, sédentarité, addictions, perturbateurs endocriniens... « 24 millions de Français, soit 35 % de la population, souffrent désormais de maladies chroniques, confirme le

médecin. 50 % des consultations médicales concernent le traitement de leurs symptômes, soit un tiers de nos dépenses du système de santé. En France, dans 93 % des cas, on prescrit des médicaments. Aux Pays-Bas, ce chiffre est de 40 %.

À Bhopal, le constat d'échec du tout-médicament pousse Satinath Sarangi à explorer ailleurs. « C'est en cherchant de manière pragmatique comment baisser la charge des médicaments que j'ai pensé au yoga et à l'ayurvéda », raconte-t-il. Expériences et suivis à l'appui, « les processus de détoxification mis en place par l'ayurvéda débarrassent les victimes des produits chimiques accumulés dans leur corps. Le yoga, lui, booste leurs systèmes vitaux, diminue leur anxiété et leur donne des outils simples et concrets pour activer leurs ressources au quotidien. » Le Pr Toledano acquiesce :

« C'est un tout. Personnellement, en tant qu'oncologue, je prescris de la chimiothérapie, de la radiothérapie, de l'immunothérapie. Mais soigner ne se résume pas à attaquer la maladie. Il faut aussi restaurer les équilibres internes du patient. La santé n'est pas que l'absence de maladie : c'est un état de bien-être global – physique, émotionnel, psychique, relationnel, sexuel. La question est de passer d'une médecine centrée sur la maladie et ses symptômes à une médecine centrée sur l'individu et son projet de vie. » Dans cette optique, l'Institut Rafaël propose des parcours personnalisés et coordonnés, où sont dispensées des disciplines telles que la naturopathie, l'ostéopathie, l'hypnose, la méditation, l'arthérapie... « Il existe des bases scientifiques solides. L'acupuncture et l'auriculothérapie sont très efficaces contre les nausées liées à

PR ALAIN TOLEDANO

« Vous êtes ici chez vous », dit-il à ses visiteurs. Pour parler de son parcours, l'oncologue radiothérapeute, né en 1978 aux Lilas (93) de parents enseignants, cite Nietzsche – « *Deviens qui tu es* » – ainsi que « l'éthique de l'autre », de Levinas. « En début de carrière, il est normal d'appliquer ce que l'on a appris. Mais c'est au contact de l'autre que tout se joue, estime-t-il. Quand on se met à faire pour lui, une nouvelle manière de percevoir le monde se révèle. » Nommé chef de clinique des Hôpitaux de Paris à 25 ans, il prend conscience qu'une approche technique ne suffit pas. « On ne soigne pas une tumeur, on soigne une personne », rappelle-t-il. Cette conviction l'amène à fonder, en 2018, l'Institut Rafaël, premier centre européen de médecine intégrative, où le patient bénéficie gratuitement d'un parcours d'accompagnement coordonné, orienté vers la nutrition, la gestion des émotions, l'activité physique, le bien-être et le retour à la vie sociale. En 2021, il crée et dirige la chaire Santé intégrative au Conservatoire national des Arts et Métiers, où il est professeur affilié. Il préside la Société française d'oncologie intégrative.



la chimiothérapie. Et nous parvenons à réduire de 60 % les cas de dépression sans recourir aux antidépresseurs. » « En France, il y a 55 spécialités médicales. C'est trop, on cloisonne, regrette le Pr Toledano. Or l'individu n'est pas un simple assemblage d'organes ou de particules, mais un système complexe, imprévisible. Pour traiter un tel système, il faut embrasser une approche encore plus complexe. Aujourd'hui, il faut fédérer. Nourrir une vision transdisciplinaire et intégrée. La médecine doit regrouper tous les moyens et les connaissances qui permettent de traiter ou de prévenir les infirmités et la douleur. »

LA PIÈCE MAÎTRESSE, C'EST LE PATIENT

À Bhopal, le soin se double d'un geste politique. Dans un contexte où la population souffre non seulement des pathologies de la pollution environnementale, mais du mépris des autorités pour leur situation – les victimes n'ayant été indemnisées qu'à hauteur de 500 dollars en moyenne –, le facteur humain est essentiel. « Nous les écoutons, nous nous intéressons



SATINATH SARANGI

Né en 1954 dans l'est de l'Inde au sein d'une famille brahmane, il se destine à une carrière d'ingénieur métallurgique. Doctorant engagé dans des projets de développement rural, il apprend, le 3 décembre 1984, qu'un terrible accident chimique a frappé la ville de Bhopal. Il s'y rend dès le lendemain pour donner un coup de main, mais ce qu'il découvre – des dizaines de milliers de morts, une ville asphyxiée, des rescapés abandonnés – bouleverse sa trajectoire. Il s'investit auprès des victimes, crée des dispensaires, s'initie à la santé publique. Mais, très vite, il se heurte aux limites des traitements conventionnels. Alors il fonde, en 1996, Sambhavna, un centre de soins gratuit en plein cœur de la zone contaminée. Ici, les patients sont accueillis avec douceur et dignité, dans une approche mêlant médecine moderne, plantes médicinales, yoga et savoirs ayurvédiques. Une oasis de soin née du chaos. Élu « homme de l'année » en 2010 par *The Week*, il vit toujours à Bhopal, quarante ans après le drame, fidèle à ceux qu'on n'a pas voulu voir.

« LE SOUTIEN AFFECTIF ET LA QUALITÉ RELATIONNELLE DU SOIGNANT COMPTENT AUTANT QUE SA COMPÉTENCE. »

à eux, confirme Satinath Sarangi. Et nous mettons à leur disposition un grand jardin composé d'une centaine de plantes médicinales cultivées en agriculture biologique », oasis de calme et de nature au milieu de la ville. « Le lien entre les gens et leur environnement a été démontré, atteste le Pr Toledano. Un cancer évolue plus vite quand une personne est isolée. Le soutien affectif et la qualité relationnelle du soignant comptent autant que sa compétence. D'autant qu'à l'avenir, leur posture d'expertise, si elle reste essentielle, ne pourra rivaliser avec l'intelligence artificielle dans le traitement de données massives, estime le Pr Toledano. Elle devra s'accompagner d'une posture intégrative. »

PROPOSER ET ÉVALUER DE NOUVEAUX MODÈLES

Pour le Pr Toledano, cette transformation du système de santé est inéluctable, y compris du point de vue économique : « Malgré les prouesses technologiques, l'espérance de vie en bonne santé reste bloquée à 64 ans. L'allongement de la vie coûte de plus en plus cher. Ajoutez-y l'augmentation prévisible des pathologies liées au changement climatique : on ne pourra pas continuer ainsi. » Agir sur la qualité globale de vie est donc indispensable. « Un rapport de McKinsey estime que si l'on diminue de 32 % les morts prématurées évitables d'ici à 2040, on pourrait accroître le PIB de 10 %. Cela prouve que créer de la santé n'est pas une dépense, mais un investissement. Et plus encore car

créer de la santé, ce n'est pas seulement lutter contre la maladie, c'est générer du bien-être. » Miser sur la santé globale devient donc impératif. À Bhopal, l'expérience se heurte à de fortes résistances. « Pendant deux ans, deux de nos professeurs de yoga ont prodigué des soins à 2 100 patients dans deux hôpitaux publics, raconte Satinath Sarangi. Devant le désintérêt des médecins, les bénéficiaires ont écrit au Premier ministre pour témoigner des résultats obtenus, mais les directeurs d'hôpitaux ont dit que ce n'était pas possible. Il y a un manque de connaissance, et peut-être aussi un conflit d'intérêt avec les commissions touchées sur les commandes de médicaments. » Convaincre le monde médical suppose un double mouvement culturel et scientifique. « Il faut à la fois former autrement les soignants – d'où la création de notre chaire de médecine intégrative – et continuer à expérimenter, documenter, évaluer. Le vrai courage ? Changer de paradigme. Non par idéologie, mais par pragmatisme. » ■