

# SOMMET SUR LA SANTÉ DE LA SMNB 2026



## Dr Michel White

Le Dr Michel White est professeur de médecine et cardiologue à l'Institut de cardiologie de Montréal. Il est également titulaire de la Chaire de recherche Carolyn et Richard J. Renaud en insuffisance cardiaque. Le Dr White a amorcé sa carrière en tant que chercheur clinicien à l'Institut de cardiologie de Montréal en 1993, après une formation au niveau supérieur de deux ans et demi à l'Université de l'Utah et du Colorado. Sur le plan de la recherche, le Dr White s'est surtout intéressé à la compréhension des biomarqueurs, de l'inflammation et de l'impact de l'exercice et de la nutrition sur le cœur humain. Ses travaux ont également porté sur la physiologie de l'exercice au sein de populations particulières telles que les personnes âgées et les patients souffrant d'insuffisance cardiaque. Le Dr White a publié plus de 500 articles et résumés, et été invité en tant que conférencier dans de nombreux événements scientifiques à l'échelle nationale et internationale.

Le Dr White participe activement à l'éducation et au mentorat de jeunes étudiants. Il est aussi un fervent promoteur du don d'organes. Au cours des dix dernières années, il a réalisé six expéditions autour du monde aux côtés de patients ayant subi une greffe. En avril 2010, il a atteint le pôle Nord avec Dale Shippam, un greffé cardiaque de Thunder Bay. Le 13 janvier 2013, il atteignait le pôle Sud, toujours accompagné de M. Shippam. Le Dr White s'emploie actuellement à lancer sa nouvelle ferme biologique, Micro-Ferme Biophilie, à Frelighsburg, au Québec.

### **Toujours plus haut : atteindre de nouveaux sommets dans la prévention des maladies cardiaques**

La vie moderne engendre un stress important pour notre système cardio-vasculaire. Au fil des ans, nous avons compris que l'hypertension, le diabète, le tabagisme et l'hypercholestérolémie constituent d'importants facteurs de risque de maladies cardiaques. Aujourd'hui, nous savons que de nouveaux facteurs de risque, tels qu'une

mauvaise condition cardio-pulmonaire, des troubles du sommeil, la consommation d'aliments ultra-transformés, l'isolement social et la solitude, peuvent être encore plus nocifs que les facteurs de risque traditionnels! Parallèlement, des enjeux environnementaux tels que les phénomènes climatiques extrêmes, la pollution de l'air et le réchauffement de la planète jouent un rôle important dans la menace qui pèse sur notre santé générale et notre intégrité cardiovasculaire.

Qui dit nouveaux défis dit aussi nouvelles occasions. En effet, nous disposons maintenant de meilleurs outils pour effectuer un diagnostic précoce des maladies cardiaques. En outre, au-delà de l'approche pharmaceutique traditionnelle, il devient de plus en plus évident que les maladies cardiaques peuvent être ralenties, stoppées et même inversées par certaines approches holistiques telles que l'exercice physique, les interventions visant à réduire le stress et une alimentation optimale. Cette conférence fait le point sur les plus récentes connaissances en ce qui a trait à ces aspects nouveaux de la prévention cardiovasculaire.

#### Objectifs d'apprentissage

À l'issue de cette séance, les participants seront en mesure :

- de reconnaître l'incidence du mode de vie, de l'urbanisation, de la pollution de l'air et du stress mental sur le risque de maladie cardiaque;
- d'identifier les patients à haut risque de maladie cardiaque sur la base des facteurs de risque classiques et des nouveaux facteurs de risque de maladie cardiovasculaire;
- d'optimiser l'utilisation des outils de diagnostic pour faciliter l'évaluation des personnes à haut risque;
- de proposer une approche intégrative et holistique pour mieux traiter les patients présentant de multiples facteurs de risque dans la communauté.