

# Un Belge sur deux touché par une maladie cardiovasculaire

C'est la première cause de mortalité dans notre pays

**A**vec 200.000 Belges touchés et 15.000 nouveaux cas détectés chaque année, la Ligue Cardiologique Belge, qui va fêter ses 50 ans, rappelle l'importance de la prévention, « car la maladie s'installe progressivement et à tout âge »

« Non, ce n'est pas une maladie qui touche uniquement les vieux. Et qu'entend-on par vieux ? Si on se dit, ça n'arrive qu'aux 65 ans et plus, c'est une grave erreur », nous dit d'emblée le docteur Freddy Van de Casseye, General Manager de la Ligue Cardiologique Belge. Et il ajoute : « Toutes les formes de cancers entraînent 28.000 décès en Belgique par an. Pour les maladies cardiovasculaires, cela représente 30.000 décès ». Le spécialiste précise encore que la maladie peut toucher toutes les artères, le cerveau, le cœur mais aussi les membres inférieurs :

« Ce qui est insidieux dans la maladie, c'est qu'elle s'installe progressivement, à tout âge, sans symptôme particulier »

« Et ce qui est insidieux dans la maladie, c'est qu'elle s'installe progressivement, à tout âge et puis brusquement, cela se traduit par un coup de tonnerre dans un ciel serein. Et cela devient un accident important, ou mortel, comme on le sait. Mais peut-être que vous aviez déjà la maladie en vous depuis, 10, 20 ou 30 ans ». Par l'intermédiaire de ses campagnes d'information (6 par an tout de même!), la Ligue Cardiologique Belge informe notamment sur les gestes qui sauvent en cas d'arrêt cardiaque, sur l'utilisation des défibrillateurs, sur des maladies

cardiovasculaires courantes mais encore méconnues du grand public, sur l'importance de l'hygiène de vie pour la santé du cœur.

## DES FACTEURS CONNUS

Mais on oublie souvent que chacun, et donc soi-même, peut être concerné. Non, ça n'arrive pas qu'aux autres ! Ainsi, à l'occasion de son 50<sup>e</sup> anniversaire, la Ligue rappelle ainsi l'importance de la prévention. « L'enfance et l'adolescence sont des moments clés pour prendre de bonnes habitudes. Il est donc important de sensibiliser les plus jeunes et de leur apprendre les facteurs de risque comme le tabagisme, la sédentarité ou le surpoids, par exemple. Ainsi que les impliquer dans le maintien de leur santé cardiaque », poursuit-on à la Ligue. Autre public à sensibiliser, les femmes. Car les maladies cardiovasculaires sont la principale cause de mortalité chez la femme dans le monde occidental. Il faut donc privilégier le dé-

pistage des facteurs de risque chez elles. Et en particulier à trois moments de leur vie : lors de la première contraception,

lors de la grossesse et lors de la ménopause.

« En 50 ans, la Ligue a découvert les facteurs de risques et quelques examens, vraiment pas importants peuvent vous dire si vous êtes une personne à haut risque. On le diagnostique par une prise de sang notamment, par votre pression artérielle mais aussi par des questions simples : si vous fumez, si vous êtes en surpoids, si vous avez ou non une activité physique. La maladie est

génétique, si vous avez des parents qui ont des antécédents, vous devez vous surveiller. »

Bref, le dépistage (simple dans ce cas-ci) peut sauver des vies. « Car gardez à l'esprit qu'il n'y a pas toujours de symptômes dans cette maladie. Et ce n'est pas parce que vous sortez d'un entraînement à vélo d'une heure sans rien ressentir que vous n'êtes pas pour autant menacé ». ●

M.SP.