



26.09.2014 – 08:38 Uhr

## Risques cardio-vasculaires: les femmes doivent être vigilantes

Berne (ots) -

De nombreuses femmes pensent que l'infarctus du myocarde et l'attaque cérébrale sont des problèmes d'homme. En réalité, en Suisse, les maladies cardio-vasculaires sont la cause de décès n° 1 chez la femme. Les fumeuses ont le plus gros risque. À l'occasion de la Journée mondiale du cœur le 29 septembre 2014, la Fondation Suisse de Cardiologie lance sa campagne «Femme&Coeur» par laquelle elle veut sensibiliser les femmes aux risques cardio-vasculaires et les motiver pour qu'elles adoptent un mode de vie sain.

Par sa campagne d'information «Femme&Coeur», conçu pour le moment sur quatre ans, la Fondation Suisse de Cardiologie veut faire prendre conscience du fait que les maladies cardio-vasculaires et leurs facteurs de risque concernent aussi bien les femmes que les hommes. L'accent est particulièrement mis sur le tabagisme. «Les femmes ont tendance à sous-estimer les risques de la cigarette et à ne pas avoir conscience que le tabagisme accroît le risque de maladies cardio-vasculaires. Or, une femme qui fume a un risque trois à quatre fois supérieur à celui d'une non-fumeuse de mourir d'un infarctus du myocarde», explique la professeure Elisabeth Zemp, chercheuse sur le genre et présidente du groupe spécialisé «Femme&Coeur» de la Fondation Suisse de Cardiologie. La campagne entend motiver les femmes pour qu'elles intègrent des comportements sains pour le cœur à leur vie quotidienne. À part d'arrêter de fumer, il s'agit en particulier d'une alimentation équilibrée, d'une activité physique régulière, d'une consommation d'alcool modérée et d'un bon équilibre psychique. Ceci améliore en même temps les chances de maintenir son poids corporel, sa tension artérielle, son taux de cholestérol et sa glycémie dans la norme. Ces facteurs sont eux aussi importants pour la prévention des maladies cardio-vasculaires.

Pensez à votre cœur

Pour démarrer la campagne «Femme&Coeur», au cours des prochaines semaines, les femmes se verront remettre un dépliant dans les kiosques de toute la Suisse. Ce dépliant donne des conseils sur un mode de vie sain pour le cœur, informe des risques cardio-vasculaires et indique où se faire aider pour arrêter de fumer. Quelques questions permettent de s'interroger sur sa propre santé et un concours offre des lots attractifs à gagner.

S'adresser aux femmes dans leur vie quotidienne: la campagne «Femme&Coeur - prévention du tabagisme» 2014-2017

Sur 9000 décès par an dus au tabagisme, 41% sont causés par des maladies cardio-vasculaires. Par sa campagne «Femme&Coeur», la Fondation Suisse de Cardiologie veut s'adresser en particulier aux femmes de plus de 40 ans car il n'existe pas d'offres d'information qui leur soient particulièrement destinées dans le domaine de la prévention du tabagisme au sujet de leurs facteurs de risque spécifiques et des aides disponibles pour arrêter de fumer. Après l'action qui aura lieu cette année en kiosque avec un dépliant et un concours, une action avec offre de CardioTest® est prévue pour 2015 en coopération avec les pharmacies. De plus, la Fondation Suisse de Cardiologie organise des conférences et des ateliers sur la thématique Femme&Coeur/prévention du tabagisme par lesquels elle veut atteindre également les classes sociales à l'écart de la formation. La brochure «Femme&Coeur» et le site [www.femmeetcoeur.ch](http://www.femmeetcoeur.ch) proposent en outre des informations complètes sur la santé cardio-vasculaire. La campagne «Femme&Coeur» est cofinancé par le fonds de prévention du tabagisme.

Ce texte est disponible sous [www.swissheart.ch/medias](http://www.swissheart.ch/medias)

Contact:

Peter Ferloni, Chargé de communication  
Fondation Suisse de Cardiologie, Berne  
Téléphone 031 388 80 85  
[ferloni@swissheart.ch](mailto:ferloni@swissheart.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100011669/100762099> abgerufen werden.