



04.05.2016 – 08:50 Uhr

## Maladies cardio-vasculaires: les fumeuses sont particulièrement menacées

Berne (ots) -

En Suisse, les maladies cardio-vasculaires sont la cause de décès n° 1 chez la femme. Cependant, nombre de femmes pensent que l'infarctus du myocarde ou l'attaque cérébrale concernent avant tout les hommes. C'est pourquoi, de mi-mai 2016 à la fin du mois, la Fondation Suisse de Cardiologie réalise pour la deuxième fois une action d'information en kiosques. Il s'agit de sensibiliser les femmes de 40 ans et plus aux risques cardio-vasculaires et de les inciter à arrêter de fumer.

Par son programme «Femme&Coeur», la Fondation Suisse de Cardiologie s'engage depuis des années pour améliorer l'information des femmes sur leurs risques spécifiques. Ce projet est cofinancé par le Fonds de prévention du tabagisme. Étant donné que les maladies de coeur et l'attaque cérébrale ne se manifestent chez la femme en général qu'après la ménopause, il s'agit en particulier de sensibiliser les femmes de 40 ans et plus aux maladies cardio-vasculaires et à leurs facteurs de risque. En point de mire: le tabagisme, principal facteur de risque modifiable de maladies cardio-vasculaires. Le risque de décès par infarctus du myocarde d'une fumeuse est trois à quatre fois plus élevé que celui d'une non-fumeuse.

Du 11 au 31 mai 2016, 250'000 dépliants seront distribués aux femmes dans quelque 850 kiosques dans toute la Suisse. Le dépliant donne des conseils sur un mode de vie sain pour le coeur, informe des risques cardio-vasculaires et indique où se faire aider pour arrêter de fumer, par exemple auprès de la ligne stop-tabac 0848 000 181. Un jeu-concours avec des questions sur les connaissances incite à se poser des questions sur son propre état de santé et encourage à arrêter de fumer. On peut aussi participer au jeu-concours sur le site Internet [www.femmeetcoeur.ch](http://www.femmeetcoeur.ch). En outre, la Journée stop-tabac aura lieu pour la première fois le 31 mai 2016, suivie d'un concours pour arrêter de fumer (pour plus d'informations, voir: [www.stop-tabac-31mai.ch](http://www.stop-tabac-31mai.ch)). Cette action est réalisée dans le cadre du Programme national d'arrêt du tabagisme sous la responsabilité de la Ligue suisse contre le cancer, de la Ligue pulmonaire suisse, de la Fondation Suisse de Cardiologie et de l'Association suisse pour la prévention du tabagisme AT.

Arrêter de fumer vaut toujours la peine

Sur 9500 décès imputables chaque année au tabagisme en Suisse, 39% sont liés à des maladies cardio-vasculaires. La bonne nouvelle: arrêter de fumer vaut toujours la peine, indépendamment de l'âge. Au bout de 24 heures sans tabac, le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà et au bout d'un an, la probabilité d'insuffisance coronarienne (troubles circulatoires dans les artères coronaires qui alimentent le coeur) est divisé par deux. À part arrêter de fumer, d'autres comportements peuvent être adoptés au quotidien pour prévenir efficacement les maladies cardio-vasculaires. En font partie une alimentation équilibrée, un poids corporel sain, une activité physique régulière et la réduction du stress.

Le communiqué est disponible sous [www.swissheart.ch/medias](http://www.swissheart.ch/medias)

Contact:

Stefanie Oehler, Responsable du secteur Information, Prévention  
Fondation Suisse de Cardiologie  
Téléphone 031 388 80 95  
[oehler@swissheart.ch](mailto:oehler@swissheart.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100011669/100787557> abgerufen werden.