

Maladies cardio-vasculaires : les femmes de moins en moins épargnées, en raison de l'évolution de leur mode de vie

Journée Mondiale du Cœur, mardi 29 septembre 2015

A l'occasion de la Journée Mondiale du Cœur 2015, la Fédération Française de Cardiologie alerte l'opinion sur le fléau grandissant des maladies cardio-vasculaires chez les femmes, qui les touchent de plus en plus jeunes.

La progression actuelle des maladies cardio-vasculaires chez les femmes constitue un fait de société et un problème de santé publique. Première cause de mortalité pour elles, les maladies cardio-vasculaires sont trop souvent sous-estimées.

Au-delà d'être moins protégées, les femmes sont aussi moins bien dépistées, prises en charge plus tardivement et se remettent plus difficilement. Et depuis qu'elles ont adopté les mêmes mauvaises habitudes de vie que les hommes (tabac, mauvaise alimentation, stress, manque d'exercice physique...), elles sont victimes d'accidents cardio-vasculaires de plus en plus jeunes. On constate actuellement une nette progression des infarctus chez les femmes de moins de 60 ans.

Selon l'Institut de Veille Sanitaire, entre 2002 et 2008 en France, le nombre de personnes hospitalisées pour un infarctus du myocarde a baissé dans toutes les classes d'âges chez les hommes (- 8,2% de 45 à 54 ans). Sur la même période, il a progressé chez les femmes (+ 17,9% de 45 à 54 ans).

Pour le Professeur Claire Mounier-Vehier, nouvelle Présidente de la Fédération Française de Cardiologie, le constat est alarmant : **« plus de 54 % des victimes des maladies cardio-vasculaires sont des femmes et les infarctus du myocarde chez les femmes de moins de 50 ans ont triplé ces 15 dernières années. Mais il n'y a pas de fatalité : en étant actrices de leur santé, les femmes doivent se mobiliser avec vigueur, sans plus tarder. »**

Les femmes sont victimes des maladies cardio-vasculaires de plus en plus jeunes.

Des études récentes démontrent que les maladies cardio-vasculaires touchent les femmes de plus en plus jeunes. Le tabac et l'obésité en augmentation en sont les principales causes. **« Or, le dépistage cardio-vasculaire chez la femme de moins de 60 ans n'est pas suffisamment effectué »** déplore le Pr Claire Mounier-Vehier.

D'après l'étude des registres français de syndromes coronariens, entre 1995 et 2010, la **proportion des femmes de moins de 60 ans hospitalisées pour un syndrome coronarien a progressé** de 11,8 % à 25,5 % et ceux-ci en parallèle avec l'augmentation de la prévalence du **tabagisme actif** de 37,5 % à 73,1% et de **l'obésité** de 17,6% à 27,1 %

De plus, selon une étude américaine (l'étude de Framingham), plus de 80% des femmes de plus de 45 ans ont au moins deux facteurs de risques cardio-vasculaires. Les facteurs de risques modifiables (obésité, tabac, hypertension artérielle...) constituent 90% du risque d'infarctus du myocarde.

○ Le tabagisme actif est un facteur de risque majeur chez la femme, notamment chez la femme jeune. Plus de 60 % des infarctus chez les moins de 60 ans sont attribuables au tabac. La femme fumeuse présente son premier épisode d'infarctus du myocarde 13,7 ans plus tôt que la non-fumeuse. Ce sur-risque est augmenté surtout après 35 ans par l'association tabac et contraception oestro-progestative. « **Le choix contraceptif doit absolument tenir compte du risque cardio-vasculaire individuel de chaque femme** », rappelle le Pr Mounier-Vehier.

○ D'après l'étude ObEpi 2012, au cours des 10 dernières années, la prévalence de l'obésité a augmenté principalement chez les femmes âgées de 18 à 25 ans. Elle est plus élevée chez la femme (15,7%) que chez les hommes (14,3%). Ce constat a de fortes conséquences sur le risque cardio-vasculaire féminin. Plus que l'indice de masse corporelle (IMC), la circonférence abdominale (CA) serait révélatrice d'un risque cardio-vasculaire.

L'obésité abdominale est le plus souvent associée au cholestérol, au diabète, à l'hypertension artérielle et constitue un marqueur de risque cardio-vasculaire chez la femme.

« **Une bonne hygiène de vie (une alimentation saine, variée et équilibrée, zéro cigarette, une activité physique régulière) est la solution la plus efficace contre la maladie cardio-vasculaire. J'incite activement tous les médecins généralistes et tous les gynécologues à sensibiliser et accompagner leurs patientes dans ce sens...** » lance la Présidente de la Fédération Française de Cardiologie.

La lutte contre les maladies cardio-vasculaires chez les femmes : une priorité pour la Fédération Française de Cardiologie.

Dès 2012, la Fédération Française de Cardiologie organise un grand débat participatif sur le thème « **Les femmes, ces grandes oubliées** ». Patientes, médecins généralistes, cardiologues, gynécologues sont au rendez-vous pour réfléchir à la maîtrise de ce fléau naissant.

De nombreuses recommandations sont émises dans les domaines de la prévention, des traitements, de la prise en charge.

Celles-ci sont rassemblées au sein d'un chapitre dédié dans le Livre Blanc « **Pour un plan cœur** » remis officiellement aux autorités de santé en octobre 2014.

http://www.fedecardio.org/sites/default/files/presse/communiques/livre_blanc_0.pdf

Ces recommandations s'illustrent notamment par la mise en place en janvier 2013 du premier parcours « **Cœur, artères et femmes** » au sein du service de cardiologie du Pr Claire Mounier-Vehier au CHRU de Lille. Il a pour objectif de favoriser la mise en relation et la bonne coordination des soignants en charge des patientes : médecin généraliste, cardiologue, gynécologue... Il invite à améliorer l'écoute pour mieux détecter les facteurs de risques liés aux changements socio-comportementaux de la femme (augmentation du tabac, obésité, HTA...) et à être particulièrement attentif aux trois étapes hormonales clés de la femme (contraception – grossesse – ménopause).

- Les premiers résultats publiés en 2014 sont probants : un dépistage des facteurs de risque plus performant, un meilleur diagnostic de l'hypertension artérielle et de l'athérosclérose, des traitements plus précis et adaptés, et enfin un suivi gynécologique plus soutenu. « **Les femmes incluses dans ce parcours ont vu leur risque cardio-vasculaire largement diminué** » explique le professeur Claire Mounier-Vehier, qui recommande une généralisation du principe de ce parcours partout en France.

Le Pr Claire Mounier-Vehier a placé la lutte contre les maladies cardio-vasculaires chez la femme en tête des priorités de son mandat de Présidente de la FFC. « Dans les maladies cardio-vasculaires la parité homme-femme doit également être de mise, tant pour la prévention et la prise en charge que pour le suivi. Il faut infléchir durablement, pour les deux sexes, la courbe de ce fléau évitable. »

♥ La Fédération Française de Cardiologie diffuse sur sa **chaîne YOUTUBE** une vidéographie pour informer et sensibiliser le public aux maladies cardio-vasculaires de la femme : <https://www.youtube.com/watch?v=lw4WmjrxJd8&feature=youtu.be>

♥ Elle met également à disposition gratuitement une **brochure** « **Cœur, Artères et Femmes** », avec de nombreux conseils de prévention. Celle-ci est téléchargeable sur le site www.fedecardio.org



La Fédération Française de Cardiologie lutte contre les maladies cardio-vasculaires depuis 50 ans. Association financée uniquement par la générosité du public, reconnue d'utilité publique depuis 1977, elle est présente partout en France. Ses quatre missions sont : la prévention, la recherche clinique en cardiologie, l'accompagnement des patients cardiaques et la promotion des gestes qui sauvent.

Agence PrPa
Isabelle Closet
isabelle.closet@prpa.fr
Tél : 01 46 99 69 69
Port : 06 28 01 19 76