

Les Parcours du Cœur, sous le soleil

By TV83.info - Mai 23, 2022

0



Samedi, entre 10 h et 20 h, les plages du Mourillon à Toulon, se sont transformées en espace de prévention. Ce n'était certes pas un circuit hospitalier, même si les professionnels de santé étaient nombreux, présents et disponibles. Mais dans ce cadre estival, tous ceux qui cherchaient une réponse à leur problème de santé ont pu bénéficier d'une écoute et d'un conseil.

Ce Parcours est une manifestation nationale placée sous l'égide

de la Fédération Française de cardiologie, et a pour but de sensibiliser le grand public aux maladies cardiovasculaires.

En fonction de ses interrogations, il suffisait de se présenter dans les différents ateliers, et même de faire le point sur sa pression artérielle, sa glycémie, avec l'aide des élèves infirmiers de l'Institut de Formations aux Soins Infirmiers. Les femmes particulièrement exposées.

Il était entendu, depuis longtemps, que les hommes étaient les premières victimes de ces pathologies. « Aujourd'hui, la première cause de mortalité chez les femmes, ce sont ces maladies cardio-vasculaires ! », précise le Dr Lamia Kesri-Tartière, cardiologue, référente du club Cœur et Santé, à Hyères.

-« Et ce problème touche également les enfants qui ont perdu ¼ de leur capacité cardiaque, en raison d'un manque d'activités physiques, et d'une alimentation peu équilibrée », rappelle le Dr Kesri-Tartière qui s'alarme de de cette « épidémie » de cas d'obésité...

La régularité plutôt que l'intensité Reprendre une activité physique ne veut pas dire courir après un exploit sportif.

-« Ces activités doivent s'adapter à l'âge des personnes concernées, comme la marche nordique, le Pilates, le Yoga, la danse Country... Trente minutes d'activité physique par jour peuvent suffire : c'est la régularité qui compte, plus que l'intensité. » rassure- t'elle.

Les données de Santé Publique soulignent pourtant l'urgence de l'engagement personnel :

En 2020, plus de 11 millions de français étaient hypertendus

On comptait 15 millions de fumeurs

-Un tiers des hommes et la moitié des femmes de 18 à 74 ans sont sédentaires.

-Un français sur deux est en surpoids ou en situation d'obésité.

Reste à traiter le tabac : le sevrage est difficile à obtenir bien qu'il soit un facteur de risque évident ...Mais, dans ce domaine comme dans beaucoup d'autres, la responsabilité individuelle a un rôle essentiel à jouer...

N.F



La Fédération Française de Cardiologie où un test sur vélo d'appartement est proposé...

L'atelier de secourisme des Urgences de l'Hôpital de Hyères a connu un beau succès de fréquentation, à tous les âges.

Étaient présents : Dr Lamia Kesri-Tartière

Dr Gonzalo Quaino, chef de Pôle Cardio Vasculaire de l'Hôpital Sainte Musse,

Mme Nicole Derin, cadre supérieur de santé de l'Hôpital Sainte Musse,

M. Christian Catteau, cadre de santé de l'Hôpital Sainte Musse.