



## Rencontre santé « Prévention des maladies cardio-vasculaires »

**Dans le cadre de ses Rencontres Santé, la Mutualité Française Centre organise mardi 10 février 2015 de 18 h 30 à 21 h, salle André Malraux à Luisant, une conférence-débat gratuite sur la prévention des maladies cardio-vasculaires.**

En lien avec Priorité Santé Mutualiste (PSM) et le programme promotion de la santé de la Mutualité Française Centre, cet évènement est organisé en partenariat avec le Centre Hospitalier de la Pitié Salpêtrière de Paris, le Club Cœur et Santé du Pays Chartrain, l'Education Physique Gymnastique Volontaire (EPGV 28), l'Espace diabète 28, ainsi que le Réseau Addictions 28.

Cette conférence-débat, vise à améliorer l'état de santé global et les compétences adaptatives de personnes déclarant des facteurs de risques cardiovasculaires (diabète, hypertension artérielle, excès de cholestérol, surpoids et obésité, tabagisme), à aider les participants à mieux gérer leur alimentation au quotidien, à reprendre ou initier une activité physique régulière afin d'améliorer sa condition physique et ainsi de réduire le risque cardiovasculaire, à aider au sevrage du tabac en déclenchant une prise de conscience pour certains et accompagner le changement pour d'autres ainsi qu'à faire prendre conscience à la personne de l'action du stress sur le cœur, ses causes et ses solutions pour y faire face.

Au cours de cette soirée, le professeur Eric BRUCKERT, chef de service endocrinologie à l'hôpital Pitié Salpêtrière à Paris, animera une conférence-débat sur le thème de la prévention des maladies cardio-vasculaires. Puis par la suite, différents ateliers « cœur-santé » seront proposés au public :

- L'atelier « activité physique adaptée » proposé par L'EPGV 28,
- L'atelier « alimentation équilibrée » animé par une diététicienne,
- L'atelier « aide au sevrage tabagique » présenté par le Réseau Addictions 28,
- L'atelier « gestion du stress » mené par une praticienne en gymnastique de santé japonaise (DO-IN).

### Les maladies cardio-vasculaires parlons-en :

Selon une étude menée par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) en 2013, en France, comme dans tous les pays industrialisés, les affections cardio-vasculaires occupent une place prépondérante dans la mortalité et la morbidité : elles constituent la première cause de décès, le premier motif d'admission en affection de longue durée et le troisième motif d'hospitalisation. La mortalité par maladie de l'appareil circulatoire diminue, mais en 2012, 8 % des décès attribués à ces pathologies sont survenus prématurément, c'est-à-dire avant l'âge de 65 ans. En région centre, 16673 nouvelles admissions en Affections Longues Durées (ALD) ayant pour cause les maladies cardio-vasculaires en 2012 ont été dénombrées (source ORS centre). Le département d'Eure-et-Loir présente le taux d'Affections Longues Durées le plus élevé de la Région Centre avec 25 % des admissions (source ORS centre).

Des actions sur les facteurs de risque ou une meilleure prise en charge permettent d'éviter certains décès. Plusieurs facteurs favorisent le développement des maladies cardiovasculaires. S'il n'est pas possible d'intervenir sur certains facteurs de risques tels que l'âge ou l'hérédité, il est en revanche possible de le faire sur d'autres comme le diabète, l'hypertension artérielle, le surpoids, l'obésité, la sédentarité, l'excès de cholestérol, le tabagisme.

### Contact presse :

Sarah RHARASSE - 02 54 70 59 94 - [sarah.rharasse@murec.fr](mailto:sarah.rharasse@murec.fr)

Stéphane FRADET - 02 54 70 59 49 - 07 86 41 73 37 - [stephane.fradet@murec.fr](mailto:stephane.fradet@murec.fr)

Mutualité Française Centre - 5 - 7 - 9 - Quai de la Saussaye - 41 000 Blois - [www.centre.mutualite.fr](http://www.centre.mutualite.fr)

