



USE ♥ TO BEAT ♥

FICHE TECHNIQUE CELEBRATION JOURNEE MONDIALE DU CŒUR 2020

Les maladies cardiovasculaires (MCV) sont responsables de près de la moitié de tous les décès dus aux Maladies Non Transmissibles, faisant 17,9 millions de morts chaque année elles représentent la première cause de mortalité au monde. Les états du monde entier se sont engagés à réduire de 25% la mortalité mondiale due aux maladies non transmissibles (MNT) d'ici 2025 lors de l'assemblée mondiale de la santé de mai 2012.

Créée par la Fédération mondiale du cœur, la Journée mondiale du cœur est célébrée le 29 septembre de chaque année et est ainsi une occasion pour informer la communauté sur les actions à prendre pour prévenir et contrôler les maladies cardiovasculaires, y compris les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux.

Au moins 80% des décès prématurés dus aux maladies cardiaques et aux AVC pourraient être évités grâce à des mesures simples et il est essentiel d'inciter la communauté à agir afin de contrôler les facteurs de risque tels que le tabagisme, une mauvaise alimentation et la sédentarité.

Avec le contexte de la pandémie à Covid 19 les patients atteints de MCV sont confrontés à une menace à double tranchant, ils sont plus à risque de développer des formes sévères du virus, mais aussi sont confrontés à la peur de fréquenter les structures sanitaires. C'est ainsi que la campagne 2020 porte sur « **Use Heart to beat.....** » ou « **Utiliser le Cœur pour vaincre.....** » pour faire comprendre que prendre soin de notre cœur en ce moment est plus que jamais important.

Ci-dessous quelques messages importants à partager avec la communauté :

- « **Utilisez le cœur pour faire de meilleurs de choix** »:

prendre soin de notre cœur et aider à prévenir les maladies cardiovasculaires en adoptant une alimentation saine, en disant non au tabac, en respectant les consignes de sécurité en matière d'alcool et en faisant beaucoup d'exercice - en donnant l'exemple à nos enfants et à nos proches.

➤ **« Utilisez le cœur pour écouter votre cœur » :**

Si vous avez un problème de santé sous-jacent, comme une maladie cardiaque, une insuffisance cardiaque, le diabète, une hypertension artérielle ou une obésité, ne laissez pas la COVID-19 vous empêcher de faire votre suivi régulier auprès de votre médecin..

Ne pas hésiter à entrer en contact avec les services d'urgence en cas de besoin.