



EN 2019, LES JOURNÉES DU CŒUR POUR LUTTER CONTRE LE DIABÈTE CE MAL DU SIECLE

Quelles peuvent être les conséquences du diabète sur le cœur ?

Le diabète peut provoquer des **complications cardiovasculaires**. Les artères et les petits vaisseaux sanguins peuvent en effet être endommagés quand le taux de sucre dans le sang n'est pas bien contrôlé.

Le diabète augmente **le risque d'hypertension artérielle**, qui peut, si elle n'est pas traitée, occasionner des accidents vasculaires cérébraux ou une insuffisance cardiaque.

Le diabète touche **466 millions de personnes dans le monde** soit 1 personne sur 11, dont plus de **4,5 millions en France**. Cette maladie gagne du terrain, d'autant que plus qu'un diabétique sur deux est également atteint d'une maladie cardiovasculaire. Selon l'OMS, le nombre de malades aurait été multiplié par quatre en presque 30 ans.



On peut même dire à ce stade que le diabète peut être considéré comme une épidémie mondiale en plein développement.

D'où cette campagne nationale de **l'Alliance du Cœur** pour lutter et prévenir les Français de la gravité de la situation face à cette maladie sournoise et silencieuse dont **plus d'un million de personnes en France ignorent même en être atteintes**.

L'Alliance du Cœur a pour objectif d'inciter la population à se faire dépister et à s'informer sur la maladie et ses complications. En effet, mal diagnostiqué ou mal soigné, le diabète peut entraîner des problèmes oculaires ou la cécité, des accidents vasculaires cérébraux et cardiovasculaires, une insuffisance rénale.

Pourquoi cette campagne d'envergure autour du diabète ?

Le diabète est une maladie sournoise et silencieuse qui peut évoluer pendant une dizaine d'années avant de provoquer des complications. A cause de cette absence de signes visibles, trop de personnes ignorent qu'elles sont atteintes de diabète le plus fréquent, de type 2 (diabète gras ou de la maturité).



Une maladie métabolique caractérisée par un excès chronique de sucre dans le sang (hyperglycémie). Il touche surtout les personnes qui ont un régime alimentaire déséquilibré.

L'Alliance du Coeur, organisateur de la première « **Journée Nationale du Diabète** », veut profiter de cette mobilisation nationale pour mettre en évidence que plus d'un diabétique sur deux est également atteint d'une maladie cardiovasculaire.

Les malades cardiovasculaires sont concernés par les trois types différents de diabète : **Le diabète de type 1 (diabète maigre)** d'origine génétique. Il apparaît dans l'enfance, l'adolescence ou avant l'âge de 30 ans (non obèse). Pour ces malades, les cellules spécialisées du pancréas sont détruites par le système immunitaire et cessent de produire de l'insuline. Les personnes atteintes de ce diabète sont dites « Insulino-dépendantes ». **Le diabète de type 2 (diabète gras ou de la maturité)** est donc une maladie métabolique caractérisée par un excès chronique de sucre dans le sang (hyperglycémie). C'est le plus fréquent des diabètes de type 2 qui nécessite un suivi régulier et un traitement adapté pour éviter les complications.

Enfin, **le diabète de grossesse** qui est la principale complication pour les femmes enceintes diabétiques ou non, est maîtrisable grâce à un suivi adéquat.

Mais qu'est ce que le diabète?

Le diabète est un trouble de l'assimilation, de l'utilisation et du stockage des sucres apportés par l'alimentation. Cela se traduit par une glycémie élevée (taux de sucre dans le sang) : on parle d'hyperglycémie. Les aliments sont composés de lipides (graisses), protéines (protéines animales ou végétales) et glucides (sucres, féculents). Ce sont eux qui fournissent l'essentiel de l'énergie dont a besoin le corps pour fonctionner. Quand on mange, le taux de sucre dans le sang augmente. Le pancréas détecte l'augmentation de la glycémie et sécrète de l'insuline. Celle-ci fonctionne comme une clé, elle permet au glucose de pénétrer dans les cellules de l'organisme. Le glucose diminue alors dans le sang. Une autre hormone, le glucagon*, permet de libérer le glucose stocké dans le foie, en dehors des repas, lors d'une baisse énergétique ou d'une baisse de glycémie. C'est l'équilibre de ces hormones qui permet de maintenir la glycémie stable dans le corps. En cas de diabète, ce système de régulation ne fonctionne pas.

Comment savoir si l'on a du diabète ?

La seule façon de le savoir est d'effectuer une prise de sang pour vérifier le taux de sucre dans le sang : c'est la mesure de la glycémie. Cet examen est normalement réalisé régulièrement dans le cadre de notre suivi médical. Si ce n'est pas le cas, il faut le faire au moins deux fois par an



Chiffres clés du diabète

- **442 millions d'adultes** souffrent de diabète dans le monde, soit 1 personne sur 11. Le nombre de cas de diabète a été multiplié par 4 dans le monde depuis 1990 selon l'OMS
- **4,5 millions** de Français sont diabétiques,
- Plusieurs milliers de Français ne savent pas qu'ils sont atteints faute de dépistage.
- Plus d'un diabétique sur deux est également atteint d'une maladie cardiovasculaire
- Entre 0,80 et 1,10g par litre de sang le matin à jeun est une glycémie normale.

BROCHURE SUR LE DIABETE : À consulter ou télécharger gratuitement sur notre site : <http://www.alliancecoeur.fr/brochures.html>

LES JOURNEES DU CŒUR EN ACTION

Pour agir sur le terrain et dans toute la France, les réseaux de l'Alliance du Cœur dans plusieurs régions de France ont permis d'organiser des « **Journées du Cœur** ». Ces rendez-vous qui ont lieu toute l'année sont organisés à l'initiative des membres de l'Alliance du Cœur regroupés en association dans différentes régions de France telles que : Alsace, Franche Comté, Gironde, Nord-Pas de Calais ou la Vendée. Le thème national qui cette année sera **LE DIABÈTE**, sert de fil rouge à ces journées où sont organisées conférences, débats et tables rondes avec des spécialistes des maladies cardiaques, des nutritionnistes, des sportifs, ..., mais aussi des ateliers de dépistage, des initiations aux gestes qui sauvent, l'alimentation, le sport... dans les communes, les lycées, les institutions locales, ... Le but étant d'informer le plus grand nombre de façon dynamique, efficace et ludique sur les risques et les conséquences des maladies cardiaques afin de mieux les anticiper.

Premier scoring cardiovasculaire

Pour la première fois la « Journée du Cœur » va proposer à tous ses visiteurs de faire une évaluation cardiovasculaire, le principe est de faire un dépistage global au travers de différents tests afin de vous remettre une fiche détaillant le résultat de vos tests à chacun.

Cette fiche peut être produite au médecin traitant pour information, nous recommandons de toujours rechercher l'opinion d'un professionnel de santé qualifié.



CALENDRIER DES JOURNÉES DU CŒUR EN 2019

- 14 février à AUDINCOURT
- 22 février STRASBOURG
- 21 mars RENNES
- 21 mars BELFORT
- 30 mars MONTAIGU (Vendée)
- 17 mai PESSAC/BORDEAUX
- 13 septembre AIX LES BAINS
- 27 septembre DOLE
- 11 octobre COLMAR
- 20 octobre CHOLET
- 15 novembre LORIENT

Contact : Union nationale des fédérations et associations de malades cardiovasculaires 10 rue Lebouis, 75014 Paris Tél : 01 75 43 11 61

site web : www.allianceducoeur.com

facebook : www.facebook.com/allianceducoeur/

twitter : @AllianceCoeur

Instagram : @alliancecoeur

Contact Presse

TDC Communication - Sylvie Billard -Tel : 06 08 91 08 21-

contact@tdccommunication.fr

