

Messages clés et fiche d'information concernant le communiqué de presse de Cœur + AVC sur la démystification des maladies du cœur et de l'AVC pour les médias

Pour publication le 18 octobre 2023

Principaux points à retenir

- La moitié de la population du pays a été touchée par une maladie du cœur ou un AVC.
- De nombreuses personnes ne sont pas suffisamment informées sur le sujet, ce qui met leur santé et celle de leurs proches en danger.
- Le taux de mortalité lié aux maladies du cœur et à l'AVC a diminué au cours des 70 dernières années, mais ces affections sont encore au second rang des principales causes de décès au pays. Il reste beaucoup à faire. Nous devons continuer à sensibiliser la population, à améliorer la prévention, à sauver davantage de vies et à perfectionner le rétablissement pour les personnes vivant avec une maladie du cœur, les séquelles d'un AVC ou un déficit cognitif d'origine vasculaire, ainsi que pour leurs aidantes et aidants.

Messages clés

1. La moitié de la population du pays a été touchée par une maladie du cœur ou un AVC.

- Selon un sondage national de Cœur + AVC, la moitié de la population du pays est atteinte d'une maladie du cœur ou a subi un AVC, ou est proche d'une personne qui a une telle expérience.
- Toutes les cinq minutes, une personne meurt d'une maladie du cœur, d'un AVC ou d'un déficit cognitif d'origine vasculaire.
- Au pays, plus de 3,5 millions de personnes vivent avec une maladie du cœur, les séquelles d'un AVC ou un déficit cognitif d'origine vasculaire.

2. De nombreuses personnes ne sont pas suffisamment informées au sujet des maladies du cœur et de l'AVC, ce qui met leur santé et celle de leurs proches en danger.

- Plus de 3,5 millions de personnes au pays vivent avec une maladie du cœur, les séquelles d'un AVC ou un déficit cognitif d'origine vasculaire. Cependant, selon un sondage national de Cœur + AVC, il existe des lacunes dans la compréhension de la prévention, des facteurs de risque et de l'identification des maladies graves et des urgences médicales, ainsi que des mesures à prendre lorsqu'elles surviennent.

Le sondage de Cœur + AVC a révélé les faits ci-dessous sur la population du pays.

Une personne sur trois ne comprend pas que l'**arrêt cardiaque** et la **crise cardiaque** sont des troubles différents, même si les deux sont des urgences médicales.

- On parle souvent de l'**arrêt cardiaque** comme étant un problème électrique; il survient quand le cœur s'arrête soudainement de battre.
- **Les signes d'un arrêt cardiaque** comprennent un effondrement soudain, une perte de conscience et une respiration anormale. Chaque seconde compte. Composez le 9-1-1, criez qu'on vous apporte un DEA et commencez la RCR immédiatement.
- La **crise cardiaque** est souvent considérée comme un problème de « tuyauterie » du cœur; elle survient quand la circulation sanguine vers le cœur est ralentie ou bloquée. La personne est souvent consciente, a un pouls et est essoufflée, mais son cœur bat encore.
- Les **signes d'une crise cardiaque** comprennent un inconfort thoracique, une transpiration, un inconfort dans le haut du corps, des nausées, un essoufflement et des étourdissements. En présence de ces signes, composez le 9-1-1 ou votre numéro d'urgence local immédiatement.

Une personne sur trois ne sait pas que les signes d'une crise cardiaque peuvent être différents chez les femmes.

- Les douleurs thoraciques en sont le signe le plus courant, mais il arrive que les femmes ne ressentent pas d'inconfort thoracique lors d'une crise cardiaque. Leurs symptômes peuvent comprendre un essoufflement; une pression ou une douleur dans le bas de la poitrine ou de l'abdomen; des étourdissements; une pression dans le haut du dos; ou encore une fatigue extrême.
- Les symptômes d'une crise cardiaque passent inaperçus chez la moitié des femmes.
- Nous devons en faire plus pour pleinement soutenir la santé cardiaque et cérébrale des femmes.

Une personne sur trois ne sait pas que la plupart des gens qui subissent un arrêt cardiaque à l'extérieur d'un hôpital n'y survivent pas.

- Sur dix personnes qui subissent un arrêt cardiaque à l'extérieur de l'hôpital, neuf y succombent (90 %). Il s'agit d'une urgence médicale grave qui nécessite une intervention immédiate.
- La RCR et l'utilisation d'un DEA doublent les chances de survie d'une personne en arrêt cardiaque. Si vous êtes témoin d'un arrêt cardiaque, agissez immédiatement : composez le 9-1-1, criez qu'on vous apporte un DEA et commencez la RCR immédiatement. L'arrêt cardiaque survient lorsque le cœur cesse soudainement de battre.
- L'arrêt cardiaque peut frapper n'importe qui, n'importe quand, n'importe où, à n'importe quel âge, sans avertissement.

Sept personnes sur dix ne comprennent pas les facteurs de risque des maladies du cœur et de l'AVC.

- Sept personnes sur dix pensent à tort que les antécédents familiaux et la génétique sont les principaux facteurs de risque des maladies du cœur et de l'AVC.
- L'hypertension est le principal facteur de risque de l'AVC et un facteur de risque majeur des maladies du cœur.
- La prévention est essentielle. Les comportements suivants sont importants pour prévenir les maladies du cœur et l'AVC : avoir une alimentation saine, être physiquement actif, ne pas fumer, et prendre en charge son stress et sa pression artérielle. L'adoption de ces comportements est plus facile pour certaines personnes que pour d'autres en raison de problèmes d'équité et d'accès.
- Même si de nombreux facteurs de risque peuvent être maîtrisés avec des comportements sains et des médicaments, certains ne peuvent être modifiés, comme l'âge, le sexe et les antécédents médicaux.
- Jusqu'à 80 % des maladies du cœur et des AVC précoces peuvent être évités.
- Au pays, neuf personnes sur dix ont au moins un facteur de risque associé aux maladies du cœur et à l'AVC.
- Certaines personnes font face à des inégalités qui nuisent à leur santé cardiaque et cérébrale en raison de facteurs sociaux et culturels intersectionnels. Le sexe, le genre, la race, l'origine ethnique, le statut socio-économique, l'orientation sexuelle, la situation géographique, la masse corporelle et les capacités peuvent avoir une incidence sur la santé cardiaque et cérébrale ainsi que sur l'accès aux services de santé.

Près d'une personne sur trois pense à tort qu'elle doit conduire le plus rapidement possible à l'hôpital le plus proche une personne qui subit un AVC.

- Si une personne présente les signes d'un AVC, composez immédiatement le 9-1-1. **Ne l'emmenez pas vous-même à l'hôpital**; l'ambulance l'emmènera dans l'établissement le plus approprié en matière de soins de l'AVC. Le traitement vital commence à la seconde où vous composez le 9-1-1.
- Plus vite une personne qui subit un AVC est transportée dans un hôpital offrant des services de prise en charge de l'AVC en phase aiguë, plus grandes sont ses chances de survivre et de bien se rétablir.
- Apprenez les signes VITE de l'AVC et ce qu'il faut faire. L'acronyme **VITE** signifie ce qui suit : **Visage** – est-il affaissé? **Incapacité** – pouvez-vous lever les deux bras normalement? **Trouble de la parole** – trouble de prononciation? **Extrême urgence** – composez le 9-1-1.
- L'AVC est en hausse. Plus de 108 000 personnes subissent un AVC chaque année.

Une personne sur trois ne sait pas que la plupart des gens ayant subi un AVC restent aux prises avec diverses limites fonctionnelles.

- Environ 60 % des personnes ayant subi un AVC restent aux prises avec diverses limites fonctionnelles, et plus de 40 % d'entre elles présenteront une incapacité modérée ou grave.
- Un AVC peut tout perturber : de la capacité physique à effectuer les tâches et activités quotidiennes, à la communication et aux interactions sociales, en passant par l'humeur, les émotions et la cognition.
- Plus de 920 000 personnes vivent avec les séquelles d'un AVC au pays.
- Chaque AVC et chaque rétablissement est différent; l'important est d'aider les personnes ayant subi un AVC à retrouver leurs capacités et autant d'autonomie que possible.

Une personne sur trois pense que les signes de l'AVC sont difficiles à reconnaître pour les gens qui ne sont pas des professionnels de la santé.

- Tout le monde peut apprendre les signes de l'AVC. L'acronyme VITE est un moyen facile de les mémoriser. Visage – est-il affaissé? Incapacité – pouvez-vous lever les deux bras normalement? Trouble de la parole – trouble de prononciation? Extrême urgence – composez le 9-1-1.
- Plus vite une personne qui subit un AVC est transportée dans un hôpital offrant des services de prise en charge de l'AVC en phase aiguë, plus grandes sont ses chances de survivre et de bien se rétablir.
- L'AVC est en hausse. Au pays, un AVC survient toutes les cinq minutes environ.

Plus de quatre personnes sur dix ne comprennent pas ce qu'est l'insuffisance cardiaque.

- Plus de quatre personnes sur dix pensent que l'insuffisance cardiaque est un arrêt soudain du cœur. En fait, cette affection signifie plutôt que le cœur ne fonctionne pas comme il le devrait ou qu'il présente un problème de structure.
- L'insuffisance cardiaque peut entraîner un essoufflement, de la fatigue et l'enflure des jambes ou de l'abdomen. Communiquez avec votre dispensateur de soins de santé si vous présentez ces symptômes.
- Même si l'insuffisance cardiaque est incurable, le changement des habitudes de vie et l'amélioration des traitements aident les personnes qui en sont atteintes à vivre plus longtemps et en meilleure santé.
- Près de 788 000 personnes au pays vivent avec une insuffisance cardiaque, et ce nombre ne cesse d'augmenter.

Plus d'une personne sur quatre pense à tort que la plupart des enfants atteints de cardiopathie congénitale meurent avant l'âge de 18 ans.

- Grâce aux progrès de la médecine au pays et à l'étranger, neuf enfants sur dix atteints de cardiopathie congénitale survivent jusqu'à l'âge adulte.
- La cardiopathie congénitale est une maladie du cœur dont est atteinte une personne à la naissance. Il en existe différents types. Elle dure toute la vie et les besoins en matière de soins de santé des personnes qui en sont atteintes peuvent évoluer au fil du temps.

3. Le taux de mortalité lié aux maladies du cœur et à l'AVC a diminué au cours des 70 dernières années, mais ces affections sont encore au second rang des principales causes de décès au pays. Il reste beaucoup à faire. Nous devons continuer à sensibiliser la population, à améliorer la prévention, à sauver davantage de vies et à perfectionner le rétablissement pour les personnes vivant avec une maladie du cœur, les séquelles d'un AVC ou un déficit cognitif d'origine vasculaire, ainsi que pour leurs aidantes et aidants.

- Des progrès ont été réalisés par Cœur + AVC et de nombreuses autres parties prenantes dans les domaines de la sensibilisation, de la recherche, du diagnostic, du traitement et du soutien, mais il reste encore beaucoup à faire pour combattre les maladies du cœur et l'AVC.
 - Financer les meilleures recherches d'importance vitale sur le cœur et le cerveau.
 - Créer des environnements plus sains pour que toute la population puisse vivre le plus en santé possible et pour réduire les risques de maladies du cœur et d'AVC.

- Renforcer les **systemes de soins** à l'échelle nationale afin d'améliorer les soins actuels et futurs pour tous les patients.
- Continuer à **sensibiliser la population** aux signes de **crise cardiaque**, d'**arrêt cardiaque** et d'**AVC**, aux mesures à prendre immédiatement, ainsi qu'à la **prévention** et aux **facteurs de risque**.
- Mieux soutenir les personnes vivant avec une maladie du cœur ou les séquelles d'un AVC et leurs aidantes et aidants, afin qu'elles se **rétablissent** le mieux possible et vivent pleinement leur vie.
- Stimuler le changement nécessaire pour lutter contre les inégalités en matière de santé et faire en sorte que toutes les personnes, y compris les **femmes**, les **Autochtones** et les autres **populations méritant l'équité**, reçoivent les soins dont elles ont besoin en ce qui concerne la santé cardiaque et cérébrale.

** Le sondage en ligne national et bilingue a été mené par Environics Research Group auprès de 2 003 personnes résidant au Canada et âgées de 18 ans ou plus, du 29 mai au 9 juin 2023.*

Pseudonymes sur les médias sociaux de Cœur + AVC et liens vers les comptes

Twitter

- **Anglais** : @HeartandStroke (<https://twitter.com/HeartandStroke>)
- **Français** : @coeuretavc (<https://twitter.com/coeuretavc>)

Facebook

- **Anglais** : @heartandstroke (<https://www.facebook.com/heartandstroke>)
- **Français** : @coeuretavc (<https://www.facebook.com/coeuretavc>)

Instagram

- @heartandstroke (<https://www.instagram.com/heartandstroke/>)

LinkedIn

- @heartandstroke (<https://www.linkedin.com/company/heart-and-stroke>)