

Cœur + AVC

Fiche d'information du Mois de l'AVC 2025

3 juin 2025

Ce que vous ne savez pas au sujet de l'AVC pourrait vous surprendre
Durant le Mois de l'AVC, Cœur + AVC présente cinq faits sur l'AVC que tout le monde devrait connaître, mais que la plupart des gens ignorent probablement

Un AVC peut survenir à n'importe quel âge.

- Les **bébé**s et les **jeunes enfants** peuvent subir un AVC. Le risque est à son plus élevé durant la première année de vie, particulièrement dans les semaines qui suivent la naissance. Tous les jours au Canada, un bébé subit un AVC au cours de cette période critique. Plus de 10 000 enfants (de 0 à 18 ans) vivent avec les séquelles d'un AVC. Le diagnostic d'AVC chez les nouveau-nés et les enfants est souvent tardif, et prend généralement plus de temps que chez les adultes. Certains nouveau-nés ne présentent des symptômes que des mois, voire des années plus tard. Dans d'autres cas, les parents et les prestataires de soins de santé ne reconnaissent pas toujours les symptômes.
- On peut subir un AVC **à l'adolescence ou au début de l'âge adulte**.
- Un AVC peut survenir pendant la **grossesse**. Même si ces cas sont relativement rares, 30 femmes enceintes sur 100 000 subissent un AVC. Les périodes où le risque est le plus élevé sont juste avant ou juste après l'accouchement. Pendant la grossesse, les femmes peuvent développer certains problèmes de santé qui les rendent susceptibles de présenter une affection cardiaque ou un AVC, y compris l'hypertension gestationnelle et la prééclampsie.
- L'**âge** est un facteur de risque d'AVC, c'est-à-dire que le risque augmente avec le vieillissement. Environ 80 % de tous les AVC se produisent chez des personnes de plus de 60 ans.

Apprenez les signes de l'AVC : coeuretavc.ca/VITE

Les cas d'AVC sont en hausse, mais un plus grand nombre de personnes y survivent.

- D'après la dernière analyse basée sur une étude financée par Cœur + AVC, il se produit maintenant plus de 108 000 AVC par année au pays, soit près d'un toutes les cinq minutes.
- L'incidence de l'AVC est en hausse au Canada en raison du vieillissement de la population et de l'augmentation du nombre de cas chez des personnes plus jeunes.
- L'AVC chez les personnes de moins de 60 ans (de 18 à 59 ans) est lié au fait que ces dernières présentent de plus en plus de facteurs de risque tels que l'hypertension artérielle, un taux élevé de cholestérol, le diabète et le surpoids ou l'obésité. De nouveaux facteurs de risque s'ajoutent à cette liste, comme la pollution de l'air, le stress, ainsi que des déterminants sociaux tels qu'un accès limité à des soins de santé, à des aliments sains et à du logement. Des avancées en matière de dépistage et le diagnostic d'un plus grand nombre d'AVC mineurs peuvent aussi contribuer à cette hausse.
- Une recherche financée par Cœur + AVC révèle qu'au Canada, environ un AVC sur 20 survient chez une personne de moins de 45 ans. De nouvelles données probantes, dont celles obtenues dans le cadre de recherches financées par Cœur + AVC, semblent indiquer que les jeunes femmes (de moins de 35 ans) présentent un risque accru d'AVC par rapport aux hommes du même âge.

- À l'heure actuelle, près d'un million de personnes vivent avec les séquelles d'un AVC au Canada.
- Le nombre de personnes qui survivent à un AVC a augmenté au cours des dernières décennies grâce aux découvertes médicales, à l'acquisition de nouvelles connaissances et à l'amélioration du diagnostic, des traitements et du rétablissement.
- Plus de la moitié de la population au pays a été touchée par les maladies du cœur ou l'AVC. Selon un sondage commandé par Cœur + AVC, 6 personnes au pays sur 10 ont été touchées, personnellement ou par l'intermédiaire d'une ou d'un proche, par les maladies du cœur ou l'AVC*.
- Même si moins de gens en meurent, l'AVC se classe encore au quatrième rang des principales causes de décès au Canada.
- L'AVC est l'une des principales causes d'incapacité chez les adultes. Environ 60 % des personnes ayant subi un AVC restent aux prises avec diverses limites fonctionnelles, et plus de 40 % d'entre elles présentent une incapacité modérée ou grave. Néanmoins, selon un sondage commandé par Cœur + AVC, une personne sur trois au pays ne sait pas que la plupart des gens ayant subi un AVC vivent ensuite avec divers degrés d'incapacité**.

Apprenez-en plus sur les facteurs de risque d'AVC : coeuretavc.ca/avc/risque-et-prevention

L'AVC est lié à la santé du cœur.

- Le système vasculaire relie le cœur et le cerveau; il s'agit du réseau de vaisseaux sanguins qui transportent le sang et l'oxygène dans le corps.
- Certaines maladies du cœur, comme l'insuffisance cardiaque, les cardiopathies congénitales et la fibrillation auriculaire, peuvent accroître le risque d'AVC, parfois de manière considérable. L'AVC peut aussi accroître le risque de maladies du cœur. Par exemple, dans les jours ou les semaines suivant un AVC, jusqu'à 1 personne sur 5 peut présenter un événement cardiaque grave, y compris un arrêt cardiaque. Même si ce genre de complications survient surtout dans les mois qui suivent un AVC, le risque peut demeurer élevé à long terme.
- **Les chiffres sont éloquentes :**
 - Les cardiopathies congénitales font plus que doubler le risque d'**AVC**, en particulier chez les enfants et les jeunes adultes, qui peuvent présenter un risque 10 fois plus élevé.
 - Le risque d'AVC est accru chez les personnes atteintes d'insuffisance cardiaque, surtout peu de temps après le diagnostic.
 - La fibrillation auriculaire (rythme cardiaque anormal) est associée à un risque d'AVC deux fois plus élevé.
 - Les personnes atteintes d'une maladie de la valve aortique ont un plus grand risque d'AVC.
 - Les personnes qui survivent à un arrêt cardiaque ont un plus grand risque d'AVC.
 - L'hypertension est le principal facteur de risque d'AVC, de même qu'un important facteur de risque de maladie du cœur.
- De nombreux facteurs de risque sont associés tant aux maladies du cœur qu'aux troubles cérébraux, et les effets de cette similitude sont souvent cumulatifs. En prévenant un trouble, on peut en prévenir beaucoup d'autres. Malheureusement, l'apparition d'un problème de santé signifie aussi que le risque d'en présenter d'autres est fortement accru.

Apprenez-en plus sur les façons de garder votre cerveau et votre cœur en santé : coeuretavc.ca/vivez-sainement

On peut prévenir l'AVC.

- Pour préserver sa santé cardiaque et cérébrale et prévenir l'AVC et les maladies du cœur, il faut d'abord comprendre ses propres risques et connaître les mesures à prendre pour les atténuer.

- Au Canada, 9 personnes sur 10 ont au moins un facteur de risque de maladies du cœur ou d'AVC.
- Jusqu'à 8 cas d'AVC ou de maladies du cœur précoces sur 10 (80 %) peuvent être évités grâce à de saines habitudes de vie.
- Un mode de vie sain comprend les comportements suivants : faire de l'activité physique; avoir une alimentation saine; ne pas fumer; gérer son stress; maintenir un poids santé; et limiter sa consommation d'alcool. L'adoption de ces habitudes est plus facile pour certaines personnes que pour d'autres.
- Un facteur de risque est ce qui augmente la probabilité de développer un trouble ou une maladie. Certains problèmes de santé accroissent le risque d'AVC et de maladies du cœur, comme l'hypertension artérielle, le diabète, un taux élevé de cholestérol, l'obésité et la fibrillation auriculaire. Les facteurs de risque médicaux peuvent être pris en charge avec des médicaments, des traitements et de saines habitudes de vie.
- Certains facteurs de risque ne peuvent être contrôlés (risques non modifiables), tels l'âge, l'origine ethnique, les antécédents familiaux et médicaux, le sexe et le genre.
- Les circonstances personnelles et les facteurs sociaux influent aussi sur la santé cardiaque et cérébrale, comme le statut socio-économique, l'orientation sexuelle, la situation géographique, la masse corporelle, les capacités, ainsi que l'accès à des aliments sains, à des services de santé et à d'autres ressources de soutien.
- Un sondage commandé par Cœur + AVC a révélé qu'au Canada, 7 personnes sur 10 ne comprennent pas les facteurs de risque d'AVC ou de maladies du cœur, et que 7 personnes sur 10 pensent à tort que la génétique ou les antécédents familiaux constituent le plus important facteur de risque**.

Apprenez-en plus sur les façons de prévenir l'AVC : coeuretavc.ca/avc/risque-et-prevention

Connaître les signes VITE de l'AVC permet de sauver des vies.

- L'acronyme VITE est un moyen simple de mémoriser les signes de l'AVC :
 - **V**isage – est-il affaîssé?
 - **I**ncapacité – à lever les deux bras normalement?
 - **T**rouble de la parole – trouble de prononciation?
 - **E**xtrême urgence – composez le 9-1-1.
- Une personne qui présente un ou plusieurs signes d'un AVC, ou qui en est témoin, doit composer immédiatement le 9-1-1 ou le numéro local des services d'urgence. Ne conduisez pas pour vous rendre à l'hôpital. Une ambulance vous amènera à l'hôpital le plus proche offrant des soins d'urgence en cas d'AVC. Le traitement vital commence à la seconde où vous composez le 9-1-1.
- Le fait de savoir reconnaître les signes de l'AVC et d'agir rapidement peut être une question de vie et de mort, ou contribuer largement à un rétablissement optimal ou à une incapacité à long terme.
- Les signes VITE correspondent aux signes les plus fréquents de l'AVC, et sont plus susceptibles d'être causés par un AVC que par n'importe quel autre problème de santé.
- Depuis dix ans, Cœur + AVC sensibilise la population à la nécessité d'agir VITE en cas d'AVC. Des progrès ont été réalisés. Le nombre de personnes au pays qui peuvent nommer au moins deux signes VITE de l'AVC a **doublé** au cours de la dernière décennie, passant de 2 personnes sur 10 à plus de 4 personnes sur 10***.
- Malgré les progrès réalisés au Canada au cours des 10 dernières années, trop peu de gens reconnaissent les signes VITE de l'AVC et savent qu'ils doivent composer le 9-1-1 sans tarder s'ils les ressentent ou s'ils les remarquent chez une autre personne. De plus, le taux de connaissance des signes varie d'un bout à l'autre du pays. D'après le plus récent sondage de Cœur + AVC, plus de 3 personnes sur 10 au Canada ne peuvent nommer aucun des signes VITE de l'AVC. Cette statistique signifie que le tiers de la population ne reconnaît pas les signes les plus courants de cette urgence médicale****.

- Au cours des dix dernières années, de concert avec les gouvernements, des entreprises ainsi que des partenaires du domaine communautaire et de la santé, Cœur + AVC a soutenu des campagnes VITE dans diverses régions du pays et dans tous les canaux.

Apprenez-en plus sur les signes de l'AVC : coeuretavc.ca/VITE

** Sondage en ligne national et bilingue mené du 25 juin au 9 juillet 2024 par Environics Research Group auprès de 2 005 personnes résidant au Canada et âgées de 18 ans ou plus.*

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

**** Cœur + AVC a commandé des sondages nationaux bilingues. Ceux-ci ont été menés entre 2015 et 2024 par Environics Research Group auprès de personnes résidant au Canada et âgées de 18 ans ou plus.*

***** Sondage en ligne national et bilingue mené du 13 novembre au 17 décembre 2024 par Environics Research Group auprès de 3 824 personnes résidant au Canada et âgées de 18 ans ou plus.*

Définitions

Un AVC survient lorsque le sang cesse de circuler dans une partie du cerveau ou qu'un saignement s'y produit, entraînant la mort de cellules cérébrales. La gravité des AVC varie, et leurs effets dépendent de la partie du cerveau qui est atteinte et de l'étendue des dommages.

- L'**AVC ischémique** est la forme la plus fréquente d'AVC. Elle est causée par un caillot sanguin. L'**AVC hémorragique** survient lorsqu'un vaisseau sanguin est rompu, produisant un saignement dans le cerveau ou autour. L'**accident ischémique transitoire (AIT)**, parfois appelé « mini-AVC », est causé par un petit caillot qui bloque brièvement une artère et arrête le flux sanguin. L'AIT est un avertissement important quant au risque d'un AVC plus grave.

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

Twitter/X

- En français : @coeuretavc (<https://twitter.com/coeuretavc>)
- En anglais : @HeartandStroke (<https://twitter.com/HeartandStroke>)

Facebook

- En français : @coeuretavc <https://www.facebook.com/coeuretavc>
- En anglais : @heartandstroke (<https://www.facebook.com/heartandstroke>)

Instagram

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

LinkedIn

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

coeuretavc.ca/avc
Combattons l'AVC
#MoisDeLAVC