

Mal sans symptôme

Quoi ? La tension artérielle mesure la pression du sang dans les artères et s'exprime en centimètres de mercure (cm Hg). Elle est normale quand elle est inférieure à 14 cm Hg, au moment de la contraction du cœur (systole), et à 9 cm Hg, au relâchement du cœur (diastole).

Pourquoi ? Sa cause est inconnue chez plus de neuf patients sur dix. Mais on sait que la sédentarité, la consommation d'alcool et le surpoids augmentent le risque. De même que l'hérédité et le stress.

Risque ? Développer précocement une maladie cardiovasculaire (accident vasculaire cérébral ou infarctus).

Symptômes ? L'hypertension est un « tueur silencieux » : la majorité des hypertendus se sentent bien. Certains souffrent de maux de tête. R. G.

Source : Ligue cardiologique belge.

Santé / Une maladie qui affecte de plus en plus de patients

L'hypertension défie un Belge sur huit

Le nombre d'hypertendus a augmenté de 40 %, en dix ans. Dans certaines provinces, comme le Brabant wallon ou la Flandre-Occidentale, la proportion d'hommes ou de femmes qui en souffrent a même plus que doublé, entre 1997 et 2008.

Selon les dernières statistiques de l'enquête fédérale de santé, rendues publiques voici dix jours par l'Institut scientifique de santé publique (ISP), le Royaume compte près de 1,2 million d'hypertendus : 13 % de la population adulte (15 ans et plus) présente une tension artérielle excessive. En dix ans, la proportion de personnes affectées par ce « tueur silencieux », qui ne se manifeste généralement par aucun symptôme, a augmenté de plus de 40 %, avec de fortes disparités, en fonction du genre, de la région

et de l'âge.

Chez les femmes, c'est la Flandre qui enregistre la hausse la plus marquée de la prévalence de l'hypertension (+ 69 %). Chez les hommes, l'affectation progresse davantage en Wallonie (+ 54 %).

L'ESSENTIEL

● En dix ans, la proportion d'hypertendus a augmenté de plus de 40 %.

● Dans le Brabant wallon, le nombre d'hypertendus a plus que doublé, entre 1997 et 2008.

Même si les taux régionaux ont tendance à se rejoindre (voir notre infographie), c'est toujours le sud du pays qui affiche les records de prévalence : désormais, un Wallon sur huit (12,3 %) et plus d'une Wallonne sur sept (15,1 %) souffrent de l'hypertension artérielle.

Au niveau des provinces, les records sont atteints dans le Hainaut pour les femmes (avec 17 % des adultes affectées), et en Flandre-Occidentale pour les hommes (15 % des adultes affectés). De 1997 à 2008, les plus fortes progressions sont enregistrées dans le Brabant wallon (+ 116 %,

chez les femmes), la Flandre-Occidentale (+ 103 %, chez les hommes), le Hainaut (+ 72 %, chez les hommes) et Namur (+ 71 %, chez les hommes). Bruxelles reste, globalement, sous les moyennes nationales, et enregistre une progression très modérée (+ 17 %, chez les hommes, et à peine + 0,5 %, chez les femmes).

Si on s'en tient à la population de 65 ans et plus, l'hypertension devient la première maladie chronique dont souffrent les hommes (elle affecte 34 % d'entre eux), et la deuxième, chez les femmes (39 %), derrière l'arthrose, dont souffrent 50 % d'entre elles.

Grave, docteur ? Assez : l'hypertension est responsable d'environ 15.000 décès par an, en Belgique. Selon l'Organisation mondiale de la santé, plus de la moitié des infarctus (58 %) et près de trois quarts des accidents vasculaires cérébraux (72 %) sont attribuables à l'hypertension.

La progression de la maladie, en Belgique, inquiète les ex-

pers : « Le vieillissement de la population n'est sans doute pas en mesure d'expliquer, à lui seul, une variation aussi importante à aussi court terme », commente le professeur Alexandre Persu, du service de pathologie cardiovasculaire des cliniques universitaires Saint-Luc, à Woluwe-Saint-Pierre.

Un constat que confirment les auteurs de l'enquête fédérale de santé : « La prévalence de l'hypertension chez les 25-64 ans affiche aussi des niveaux élevés, ce qui prouve que le vieillissement n'explique pas entièrement la progression de l'affection », précise Jean Tafforeau (ISP). Il faut le savoir pour mieux prévenir cette pathologie, qui entraîne des complications très sérieuses. » ■

RICARDO GUTIÉRREZ

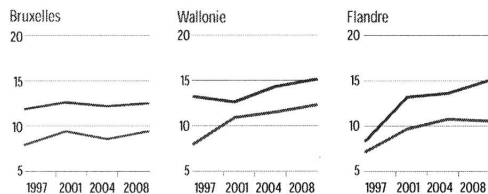


HYPERTENSION EN BELGIQUE

LE SOIR - 27/03/10
Source : enquête de santé, ISP, 2010

Pourcentage de la population adulte (15 ans et plus)

— Hommes — Femmes



« Ne recourir aux médicaments qu'en dernier ressort »

ENTRETIEN

Jean-Marie Krzesinski est professeur au département des sciences cliniques de l'Université de Liège. Il siège au bureau du Comité belge de lutte contre l'hypertension artérielle.

Que vous inspire l'augmentation constante du nombre d'hypertendus, en Belgique ?

Cela ne m'étonne pas du tout. L'amélioration du dépistage a sans doute contribué à sortir de l'ombre une part de la population qui souffrait d'hypertension sans en être consciente. Ces nouveaux chiffres correspondent davantage à la réalité. Par ailleurs, on sait que la prévalence de l'hypertension augmente avec l'âge. Le vieillissement de la population contribue donc aussi à l'augmentation. De même que l'excès de poids : des études ont démontré la corrélation entre hypertension et prise de poids abdominale, qui est précisément celle qui augmente le plus avec l'âge.

L'hypertension progresse davantage chez les femmes. Le nombre d'hypertendus a plus

que doublé, en dix ans, en Brabant wallon...

La proportion de femmes qui travaillent a augmenté, ce qui suppose une vie plus stressante. Les femmes sont aussi davantage sensibles à l'excès de poids, qui favorise également l'hypertension. Jusqu'à 40-45 ans, les femmes sont protégées par la prise d'oestrogènes. La prévalence de l'hypertension augmente avec la fin de ces traitements.

Quelle est la bonne stratégie pour éviter l'hypertension ?

Sûrement pas la prise de médicaments : on ne doit y recourir qu'en dernier ressort. L'idéal, c'est de rester « jeune » au niveau des artères. Il faut surtout et d'abord agir sur les moyens hygiéno-diététiques : une alimentation saine, en limitant l'apport en sel et en graisses, un mode de vie moins sédentaire, en pratiquant davantage la marche à pied, le vélo... C'est ce dernier critère qui explique partiellement la prévalence inférieure de l'hypertension en Flandre, par rapport à la Wallonie. ■

Propos recueillis par R. G.