

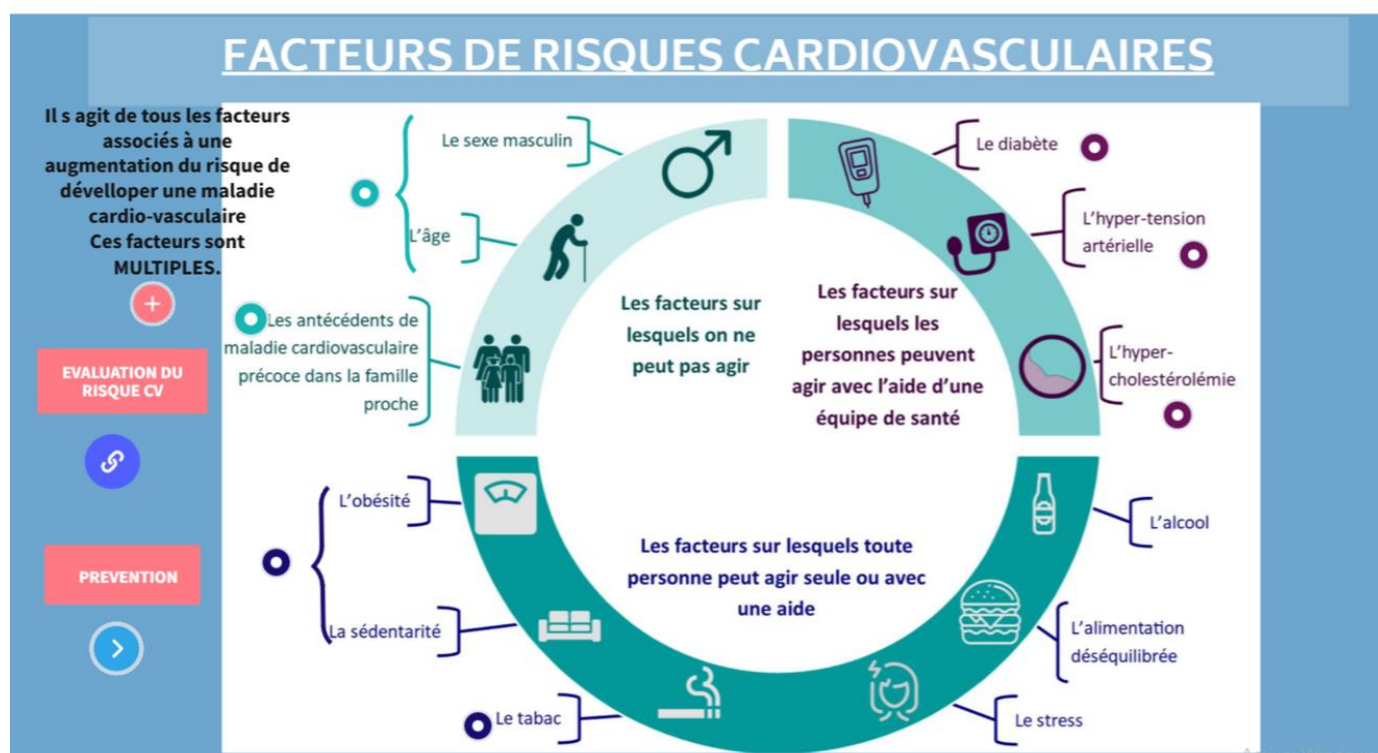
Maladies cardiovasculaires

Les maladies cardio-neuro-vasculaires recouvrent un ensemble de maladies fréquentes et graves avec en premier lieu, les cardiopathies ischémiques (dont font partie les infarctus du myocarde), les accidents vasculaires cérébraux, l'insuffisance cardiaque, les artériopathies périphériques, les valvulopathies, la maladie veineuse trombo-embolique, les anévrismes et dissection de l'aorte...

Les facteurs de risques cardiovasculaires :

Hormis l'hérédité, le sexe et l'âge, ces maladies ont toutes en commun un certain nombre de **facteurs de risque individuels** dont la plupart **sont modifiables** :

- Le tabagisme
- L'hypertension artérielle
- Le diabète
- L'hypercholestérolémie
- Une mauvaise alimentation
- La sédentarité et l'inactivité physique
- La consommation excessive d'alcool
- Les troubles du sommeil
- La consommation de drogues
- Le surpoids et l'obésité



Les chiffres-clés des maladies cardiovasculaires :

Les maladies cardio-neuro-vasculaires sont la première cause de mortalité dans le monde.



Une prévention des facteurs de risque cardiovasculaire :

Santé publique France met à disposition du grand public plusieurs sites rappelant les règles hygiéno-diététiques à suivre pour prévenir les maladies vasculaires :

- <http://www.mangerbouger.fr>
- <https://www.tabac-info-service.fr/>
- <http://www.alcool-info-service.fr/>

Votre service de santé au travail est également à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.