



Canadian Stroke Network

Réseau canadien contre
les accidents cérébrovasculaires



HEART &
STROKE
FOUNDATION
OF CANADA

FONDATION
DES MALADIES
DU CŒUR
DU CANADA

*Finding answers. For life.
À la conquête de solutions.*

Réduire la consommation de sel éliminerait l'hypertension artérielle chez un million de Canadiens et de Canadiennes

L'étude laisse aussi entrevoir une économie annuelle de 430 millions de dollars en coûts de santé

SOUS EMBARGO JUSQU'À 00 H 01HNE le 8 mai 2007 - OTTAWA (Ontario) – Réduire de moitié la consommation moyenne de sel permettrait d'éliminer l'hypertension artérielle chez un million de Canadiens et de Canadiennes, de doubler le nombre de Canadiens et de Canadiennes qui contrôlent adéquatement leur hypertension artérielle et de faire économiser au système de soins de santé 430 millions de dollars annuellement, selon une étude publiée aujourd'hui par la Fondation des maladies du cœur et le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires, qui apparaît également dans le numéro du 8 mai de la revue *Canadian Journal of Cardiology*.

Cette nouvelle étude canadienne est la première à se pencher sur le rôle d'une consommation excessive de sodium alimentaire dans la hausse de la tension artérielle et l'hypertension artérielle chez la population canadienne.

On estime qu'un adulte sur quatre, environ 5 million de canadiens et de canadiennes, souffrent actuellement d'hypertension, et que plus de neuf Canadiens sur dix, souffriront un jour d'hypertension artérielle s'ils atteignent l'espérance de vie moyenne d'environ 80 ans.

Dr Norm Campbell, expert en hypertension et un des auteurs de cette étude, déclare : « Les Canadiens et les Canadiennes consomment sans le savoir beaucoup plus de sodium que l'apport maximal tolérable. Réduire les additifs alimentaires contenant du sodium permettrait d'améliorer de façon considérable la santé des Canadiens et des Canadiennes tout en réduisant les coûts de santé. Les politiciens qui tentent de faire face à la hausse des coûts de santé et à la détérioration de la santé des patients devraient s'en préoccuper. »

Selon cette étude, le coût des consultations médicales et des frais de laboratoire connaîtrait une réduction de 6,5 pour cent et 23 pour cent et un moins grand nombre de patients hypertendus auraient besoin de médicaments pour contrôler leur tension artérielle si les Canadiens et les Canadiennes réduisaient leur consommation de sodium d'en moyenne 1 840 mg par jour. « Apporter des changements destinés à réduire la quantité de sodium ajoutée lors de la préparation des aliments peut être l'occasion d'améliorer rapidement la santé publique. »

« Cette analyse révèle que le sel qui se cache dans les aliments préparés est la principale cause de l'hypertension artérielle, qui entraîne à son tour les accidents vasculaires cérébraux (AVC) et les maladies coronariennes », dit Dr Kevin Willis du Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires.

Une récente enquête de Statistique Canada révèle que les adultes canadiens consomment par jour en moyenne 3 100 mg de sodium présent dans les aliments préparés, soit environ 35 pour cent de plus que l'apport maximal tolérable, et plus que deux fois la quantité considérée adéquate pour la santé. De plus, un autre 10 ou 20 pour cent de sel est ajouté pendant la cuisson ou à table.

« La Fondation des maladies du cœur entend continuer de collaborer avec le gouvernement, l'industrie et nos autres partenaires afin de réduire la présence de sodium dans notre alimentation et rappeler aux Canadiens et aux Canadiennes qu'il existe un lien entre la nutrition



Canadian Stroke Network

Réseau canadien contre
les accidents cérébrovasculaires



HEART &
STROKE
FOUNDATION
OF CANADA

FONDATION
DES MALADIES
DU CŒUR
DU CANADA

*Finding answers. For life.
À la conquête de solutions.*

et les facteurs de risque associés aux maladies cardiovasculaires, dit Stephen Samis, directeur de la politique de la santé de la Fondation des maladies du cœur du Canada. Ce que nous mangeons détermine notre état de santé. »

L'hypertension est un facteur de risque important associé aux accidents vasculaires cérébraux et aux maladies cardiovasculaires. L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) estime que l'hypertension artérielle constitue le principal facteur de risque associé à la mortalité à l'échelle mondiale. Selon l'OMS, réduire la consommation de sel serait une politique importante en vue d'améliorer la santé globale. Dans *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien*, Santé Canada recommande aux Canadiens et aux Canadiennes de réduire leur consommation de sodium.

Le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires et la Fondation des maladies du cœur du Canada lancent un cri de sensibilisation aux risques pour la santé associés à la consommation de sodium. Ces organismes participent avec l'industrie alimentaire à un comité directeur national destiné à réduire la quantité de sodium contenue dans les aliments préparés.

- 30 -

Organisme bénévole de bienfaisance en santé, la **Fondation des maladies du cœur** (www.fmcoeur.ca) mène la lutte vers l'élimination des maladies du cœur et des accidents vasculaires cérébraux (AVC), en contribuant activement à l'avancement de la recherche et à sa mise en application, à la promotion de modes de vie sains, et à la représentation auprès des gouvernements.

Des outils et des renseignements spécifiques sur la réduction et le contrôle de l'hypertension artérielle sont offerts sur le site www.fmcoeur.ca/ta.

À propos du Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires (www.canadianstrokenetwork.ca)

Le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires compte plus de 100 éminents chercheurs de 24 universités canadiennes. Le Réseau, dont le siège est à l'Université d'Ottawa, inclut également des partenaires de l'industrie, du secteur bénévole et des gouvernements fédéral et provinciaux. Le RCCACV fait partie de l'initiative phare du gouvernement fédéral dans le domaine des sciences et de la technologie : le Programme des réseaux de centres d'excellence du Canada. Le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires est déterminé à réduire les répercussions physiques, sociales et économiques des AVC sur la vie de chaque Canadien et Canadienne et sur la société dans son ensemble.

Personnes-ressources

Fondation des maladies du cœur

Jane-Diane Fraser
613-569-4361, poste 273
jfraser@hsf.ca

Isabelle Marquis
514-871-8038, poste 232
isabelle.marquis@fmcoeur.qc.ca

Cathy Campbell, Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires

613-558-6691 (cell.)
613-562-5696 (bureau d'Ottawa)
cathy@canadianstrokenetwork.ca