



C'est ce 29 septembre que s'est célébrée la journée mondiale du cœur, le Cameroun n'était pas en reste. Ainsi, plusieurs activités ont été observées à travers le territoire nationale. Pour cette 5ème édition, les cardiologues de la fondation camerounaise du cœur ont initié des campagnes de dépistages et de conseils sur les maladies cardiovasculaires.

Notons qu'au Cameroun si l'on se réfère aux dernières études épidémiologiques qui situent la prévalence des maladies cardiovasculaires, un adulte sur trois est potentiellement hypertendu.

L'objectif donc de cette campagne en prélude à célébration de la journée mondiale du cœur était d'encouragé les populations à préserver la santé de leur cœur en adoptant des réflexes suivants :

- Manger équilibré
- Faire du sport

- Ne pas fumer
- Limiter l'alcool
- Limiter le stress