

**CORRIGE** de la fiche d'exercices n°2  
Thème: **LES MCV**

### 1<sup>ère</sup> Question : Maladies cardio-vasculaires et cancers

Il est indispensable de faire figurer au moins votre méthode pour le premier calcul pour que le correcteur comprenne quelle a été votre démarche. Tous les résultats sans calcul ne sont pas considérés comme valables.

#### Nombre de décès en pourcentage des mortalités par cancer :

1970 :	24 314 500	100%
	59 117	X %

Vous procédez alors au produit en croix, et vous obtenez :

$$X = \frac{59117 \times 100}{24314500}$$

d'où  $X = 0,24\%$

Ce résultat est correct si vous prenez la valeur supérieure : 0,25.

1990 : 0,31% (n'oubliez pas de poser l'opération !).

#### Nombre de décès en pourcentage des mortalités par MCV :

- en 1970 : 0,38% ou 0,39%
- en 1990 : 0,29% ou 0,30%

On constate une augmentation des décès par cancer entre 1970 et 1990 de 0,7% et une diminution des décès par MCV de 0,09%. Les causes de mortalité se sont inversées en 20 ans ; les MCV sont mieux traitées et la prévention y a sûrement été pour beaucoup. L'apparition de maladies développées à la suite du SIDA peut expliquer en partie l'augmentation des décès par cancer ; et changement de l'espérance de vie

### 2<sup>ème</sup> Question : Les maladies cardio-vasculaires

Définition : Les maladies cardio-vasculaires sont des maladies qui atteignent le cœur et/ou les vaisseaux sanguins, essentiellement les artères.

#### Les principales maladies :

- **Les maladies dues à l'athérosclérose** : ce sont les maladies les plus fréquentes en France et dans tous les pays à au niveau de vie, entraînant une diminution progressive du calibre des artères puis leur obstruction par des dépôts de cholestérol qui forment des plaques sur la face interne des parois des artères.  
Leur manifestations cliniques principales dépendent des territoires artériels atteints. Trois sont à retenir : l'athérosclérose coronarienne (angine de poitrine, infarctus du myocarde), athérosclérose cérébrale (forme aiguë ou chronique) et l'athérosclérose des membres inférieurs.
- **L'hypertension artérielle** : elle entraîne une augmentation de la pression du sang à l'intérieur des artères. Tout sujet présentant une tension artérielle supérieure ou égale à 15/9, à plusieurs examens médicaux successifs est à considérer comme hypertendu. Elle entraîne une insuffisance cardiaque progressive et des hémorragies cérébrales par rupture d'artère du cerveau sous l'action d'une pression trop grande.
- **Autres maladies cardio-vasculaires** : elles sont dues à des anomalies ou à des malformations congénitales du cœur.

Facteurs favorisants :

- L'âge : leur fréquence augmente avec l'âge et atteignent les patients généralement après 50 ans
- Le sexe : beaucoup plus fréquente chez l'homme.
- L'hérédité
- Le tabagisme : le tabac est l'ennemi n°1 des artères
- L'alcoolisme
- Une alimentation trop riche et trop abondante
- La sédentarité
- Le stress
- Certaines associations : pilule tabac chez la femme

**3<sup>ème</sup> Question : De l'intérêt médical de règles de vie saine**

Les facteurs de risque qui prédisposent aux maladies cardio-vasculaires sont aujourd'hui bien connus. L'effet bénéfique global des mesures préventives – l'exercice physique, l'absence de tabagisme, une alimentation saine et une consommation d'alcool modérée, notamment – n'a cependant jamais été évalué précisément.

C'est maintenant chose faite et les chercheurs ne peuvent que s'étonner de l'ampleur du bénéfice que l'on peut escompter d'un mode de vie qui respecte ces quelques règles.

Près de 85 000 infirmières américaines en bonne santé ont été suivies médicalement depuis 1980. Au total, les enquêteurs ont décompté dans cette population 296 décès par infarctus du myocarde et 832 infarctus non mortels. Des calculs statistiques ont permis de montrer que certaines caractéristiques induisent une diminution de plus de 80 % du risque de maladies cardio-vasculaires : un indice de masse corporelle inférieur à 25, une consommation d'alcool inférieure à deux verres de vin par jour, une activité physique modérée à intense d'une demi heure par jour, une consommation régulière et élevée de fibres alimentaires et un apport judicieux d'acides gras polyinsaturés.

*A contrario*, 82 % des infarctus décomptés chez ces infirmières pouvaient donc être imputés à un style de vie qui s'écarte de celui, certes assez austère, que nous venons de décrire.

*Stampfer M.J. et coll., N. Engl. J. Med. 2000 ; 343 : 16 – 22.*

**Commentez**

Introduction :

Présenter le texte

Définition des maladies cardio-vasculaires

Développement :

- Présentation des chiffres et du régime proposé
- Régime austère et pas toujours facile de le respecter totalement
- D'autres facteurs interviennent (tabac, stress...)

Conclusion :

Ce texte présente tout l'intérêt d'avoir une bonne hygiène de vie.

Même si ce régime est relativement austère, cela ne demande tout de même pas de gros efforts pour éviter une maladie cardio-vasculaire : le prix à payer est peu élevé par rapport au bénéfice retiré