



Le tabagisme, un important facteur de risque de cardiopathies et d'AVC

Le monde entier célèbre ce jeudi 31 Mai, l'édition 2018 de la journée mondiale sans tabac axée sur le thème « le tabac et les cardiopathies ». L'objectif est non seulement d'attirer davantage l'attention des fumeurs et de la population dans son ensemble aux risques associés au tabagisme, mais aussi de plaider en faveur de politiques efficaces pour réduire la consommation de tabac.

Selon Mme Lucile Imboua, représentante résidente de l'OMS au Togo, les maladies cardiovasculaires tuent davantage de personnes que toute autre cause de décès dans le monde, et la consommation de tabac ainsi que l'exposition au tabagisme passif contribuent à raison d'environ 12 % de tous les décès dus à une cardiopathie. L'épidémie mondiale de tabac tue plus de sept (07) millions de personnes chaque année. « *Le tabagisme est la deuxième cause principale de maladie cardiovasculaire, après l'hypertension artérielle* », a-t-elle précisé dans son message à l'occasion de cette journée.

La célébration est marquée au Togo par le lancement d'une campagne de sensibilisation de la population sur le tabac et les maladies du cœur. « *Le tabac vous brise le cœur* », c'est le thème retenu pour cette campagne prévue pour durer toute l'année sur toute l'étendue du territoire national.

« Nous souhaiterions que nos populations soient informées de ces risques et choisissent la vie c'est-à-dire l'abandon du tabac. Prendre du tabac entraîne de graves maladies et est mauvais pour la santé », a indiqué le Dr. Vinyo Kumako, Coordonnateur du Programme National Anti-tabac au Togo.

Dans la lutte anti-tabac, le Togo se dote d'un arsenal juridique en vue de décourager les fumeurs. Depuis 2014, tous les paquets de cigarettes vendus au Togo, portent un avertissement bien visible sur l'emballage. On peut lire sur les paquets en Français et en langues locales : *« Le tabac nuit gravement à la santé »*, *« la fumée donne des maladies comme le cancer »* ou encore *« la consommation du tabac n'est pas bonne pour la santé »*. Il existe aussi depuis 2010, une loi interdisant de fumer dans les lieux publics en vue de protéger les non fumeurs contre le tabagisme passif. En outre, la publicité du tabac est interdite dans le pays.

Certes, il est, selon les informations, difficile pour les fumeurs de renoncer au tabac car la dépendance tabagique fait intervenir plusieurs phénomènes comportementaux, cognitifs et physiologiques. Peu de consommateurs de tabac parviennent à s'en débarrasser à la première tentative. Mais il est attesté que c'est possible de renoncer au tabac avec des conseils, des médicaments et autres accompagnements psychologiques.

David SOKLOU