

# MALADIES NON TRANSMISSIBLES LIÉES A LA NUTRITION

Fiche 8



Les maladies non transmissibles liées à la nutrition (MNTN), notamment le **diabète, l'hypertension artérielle, l'obésité, la goutte, les lithiases et certains cancers** sont de plus en plus diagnostiquées dans les formations sanitaires et observées dans les communautés.

Ces maladies sont en augmentation progressive au Cameroun.

Les données actuellement disponibles montrent que la prévalence du diabète est passée de 1% en 1994 à 6% en 2003. Celle de l'hypertension artérielle est passée de 13% en 1994 à 24% en 2003.

La prévalence de l'obésité dans la population générale est de 16% et le surpoids 27% soit une population à risque de 43% (2003).

Les principaux facteurs de risque pour les MNTN sont :

- les mauvaises habitudes alimentaires :
  - faible consommation des fruits et de légumes ;
  - abus de la consommation du sel et des graisses animales) ;
  - l'inactivité physique (92% en zone urbaine) ;
  - la consommation de l'alcool (82%) ;
- le tabagisme (5%).



Une bonne nutrition associée à un programme efficace de lutte contre ces facteurs de risque, diminuera l'incidence de ces maladies.

- Les actions de prévention et de traitement mises en place sont :
  - Promotion des bonnes pratiques alimentaires et de modes de vie sains :
    - consommation régulière des fruits et des légumes de préférence tous les jours ;
    - réduction de la consommation du sel ;
    - réduction de la consommation des graisses animales ;
    - préférence des huiles végétales sans cholestérol aux graisses animales ;
  - Dépistage des MNTN dans les formations sanitaires et au niveau de la communauté ;
  - Sensibilisation sur ces maladies au sein de la communauté et dans les écoles pour les enfants d'âge scolaire.

**Ensemble, engageons nous pour vaincre la malnutrition au Cameroun**