



## ‘La nécessité d’investir dans la promotion de la santé et la prévention des maladies n’a jamais été aussi grande’.

L’impact de la crise du Corona sur notre société serait-il moindre si la santé du Belge moyen était meilleure? Aurions-nous pu éviter les lockdowns si notre pays avait mené une politique de santé préventive efficace? Allons-nous payer le prix d’un traitement trop dédaigneux de la promotion de la santé et de la prévention des maladies au cours des prochaines décennies?

Si la crise du Corona nous a appris quelque chose, c’est que nous devons nous concentrer sur la prévention. Le temps presse. Notre pays est à la traîne. Seuls 2,2 % des dépenses de santé sont consacrés à la prévention.

N’est-il pas temps qu’en tant que pays prospère, nous atteignons au moins la moyenne européenne (3,1%) et idéalement que nous l’emportions en augmentant ce budget à 5%?

### ► La mise en place de la plateforme de prévention est un fait

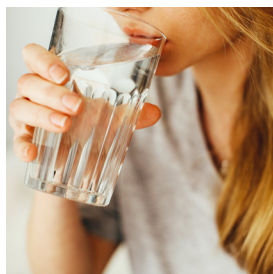
Depuis des années, nous nous engageons en faveur de la santé mentale et physique de la population et nous luttons contre la forte augmentation des maladies liées au mode de vie et du cancer. Si nous avons une politique de santé préventive forte dans tous les secteurs et à tous les niveaux politiques, nous pourrions éviter des dizaines de milliers de décès chaque année. COVID-19 souligne l’importance d’un environnement et d’un mode de vie sains.

Malheureusement, l’appel des experts à investir davantage dans la promotion de la santé et la prévention des maladies est tombé dans l’oreille d’un sourd pendant des années. Des raisons suffisantes pour unir nos forces et lancer une plateforme de prévention, dans le but de contribuer de manière constructive à

une politique forte de santé préventive dans notre pays. La promotion **d’un mode de vie sain** comme **mesure de base** supplémentaire contre le Corona, tant au niveau du Groupe d’Experts Stratégie de Gestion que de tous les gouvernements, est notre première réalisation.

En outre, nous appelons tous les secteurs et tous les gouvernements à créer **des environnements sains** qui réduisent l’exposition des personnes aux

Plateforme de Prévention



polluants et les aident à faire des choix sains, c'est-à-dire à faire plus d'exercice, à ne pas fumer, à manger plus d'aliments sains, à boire moins d'alcool, ... et nous demandons aux gouvernements d'accélérer la mise en œuvre d'un **Accord de Prévention** Interfédéral avec des objectifs de santé concrets et ambitieux. Enfin, nous demandons à tous les gouvernements d'accroître sensiblement leurs efforts pour fournir **un air intérieur et extérieur sain**, des maisons saines et une ventilation suffisante dans les bâtiments.

## ► L'importance d'un mode de vie sain dans la lutte contre les maladies liées au mode de vie et le COVID-19

Dire que notre état de santé n'est pas bon est un euphémisme. Vivre sainement n'est pas une tâche facile dans notre société actuelle. Des études montrent qu'1 Belge sur 3 souffre de problèmes mentaux, plus d'1 sur 3 ne fait pas assez d'exercice, 1 sur 6 fume et 1 sur 7 boit trop. Un mode de vie malsain augmente le risque de maladies liées au mode de vie, de certaines formes de cancer, de dépression, de démence, ... Cela met notre système de soins de santé sous forte pression et coûte à notre prospérité des dizaines de milliards d'euros chaque année.

Si nous n'investissons pas d'urgence davantage dans la prévention, la situation des professionnels de la santé risque de devenir intenable et notre système de santé impayable.

## ► Une population vulnérable a coûté à notre pays des milliers de décès évitables et a ébranlé notre système de santé

Un mode de vie malsain est en grande partie un facteur aggravant de l'infection par le SRAS-Cov-2. Les personnes en surpoids, atteintes d'une maladie cardiovasculaire, d'un diabète de type 2 et d'une maladie pulmonaire chronique sont plus susceptibles d'être admises en soins intensifs, et plus susceptibles de souffrir de complications graves et de mourir après une infection par le SRAS-Cov-2.

Les fumeurs et les consommateurs excessifs

d'alcool sont également plus vulnérables au COVID-19. L'inactivité physique et l'obésité se sont avérées être des prédicteurs significatifs des différences de mortalité entre différents pays, en raison de COVID-19.

La nécessité d'investir dans la santé n'a jamais été aussi forte, en partie à cause de l'interaction mortelle entre les maladies liées au mode de vie et le COVID-19.

## ► La crise du Corona a un impact sérieux sur notre santé physique et mentale

Même si le COVID-19 démontre clairement l'importance d'un mode de vie sain, nous disposons de suffisamment d'indices pour constater que l'état de santé du Belge moyen s'est encore détérioré l'année dernière.

Les problèmes psychologiques (anxiété, dépression, ...) montent en flèche. La santé mentale n'est pas la seule à subir une forte

pression. La santé physique souffre également de la crise du Corona. En Belgique 1 sur 2 indique avoir pris du poids, 1 sur 3 bouge moins qu'avant. Il est inquiétant de constater que ce sont principalement les enfants, les jeunes adultes et les personnes vulnérables qui sont touchés.

## ► La crise du Corona accroît les inégalités en matière de santé

Pour couronner le tout, la crise du Corona exacerbe les inégalités en matière de santé. Les groupes socialement vulnérables sont durement touchés: hausse des prix des fruits et légumes, restrictions dans les espaces publics, augmentation du chômage, etc.

Pour les personnes à faibles revenus et aux compétences limitées en matière de santé il est encore plus difficile de vivre sainement. Ils

vivent dans un environnement où il est tout sauf facile de faire un choix sain. Il y a également eu significativement plus de décès chez les pauvres que chez les riches à cause du COVID-19.

Il est urgent de prendre des mesures pour réduire les inégalités en matière de santé, qu'il s'agisse de prix abordables pour une alimentation saine, d'espaces publics sains, de soins de santé mentale accessibles ou de logements de qualité.

## ► Un mode de vie sain, le pilier d'une société plus résiliente

Les experts prédisent que nous serons encore confrontés à des pandémies à l'avenir. Un environnement sain et une population en meilleure forme physique et mentale nous permettront de mieux résister à ces menaces et d'enrayer la propagation des maladies liées au mode de vie.

Après tout, un mode de vie sain peut prévenir 80 % des maladies cardiovasculaires et du diabète de type 2, et 40% de tous les cancers et des démences futures. Lorsque le professeur

Geert Meyfroidt, président de la Belgian Society of Intensive Care Medicine, déclare qu'une bonne prévention permettra de sauver plus de vies en chiffres absolus que les unités de soins intensifs. Nous devons agir MAINTENANT.

**Les experts prédisent que nous serons encore confrontés à des pandémies à l'avenir.**

# Et maintenant?

Le message est d'investir dans prévention.

**Mettons tout en œuvre pour investir de manière décisive dans la promotion de la santé et la prévention des maladies.**

Investir dans la prévention est rentable.

Selon certaines estimations, 1 euro investi dans la prévention rapporte au moins 4 euros. Les interventions qui contribuent à un environnement plus sain sont les plus efficaces, par exemple l'aménagement d'espaces verts, l'augmentation du nombre de commodités d'exercices physiques, des mesures fiscales pour les aliments (non) sains, des réglementations plus strictes en matière de marketing, ...

## ► La prévention est notre priorité. La votre aussi?

Avec la plateforme de prévention, nous nous adressons à tous les secteurs (écoles, entreprises, communautés locales, soins, loisirs, familles, ...) et aux politiciens et décideurs, tant au niveau local, Flamand, Bruxellois, Wallon, fédéral qu'Européen.

La promotion de la santé et la prévention des maladies ne relèvent pas seulement du domaine politique de la santé et du bien-être, mais aussi de l'aménagement du territoire, de la mobilité, du logement, de l'éducation, du travail et du sport.

Chacun d'entre vous détient une clé pour promouvoir la santé des Belges.

**Mesdames et messieurs les politiques, les professionnels de la santé, à vous d'agir!**

La plateforme de prévention est prête à vous aider et invite également la société civile et les organisations professionnelles à la rejoindre.

Plateforme de Prévention

## Membres de la plateforme de prévention (\*)

<b>Dr. Wouter Arrazola de Oñate</b>	Medisch directeur VRGT vzw
<b>Hella Van Laer</b>	Voedingswetenschapper en diëtiste
<b>Prof. dr. Guy T'Sjoen</b>	Diensthofd Endocrinologie en stofwisselingsziekten – UZ Gent
<b>Prof. dr. Lieven Annemans</b>	Gewoon hoogleraar Gezondheids- en welzijnseconomie – UGent/VUB
<b>Kurt Annendijck</b>	Beleidsmedewerker Dienst Kennis en Beleid Kom op tegen Kanker vzw
<b>Margot Cloet</b>	Gedelegeerd bestuurder Zorgnet-Icuro vzw
<b>Prof. dr. Hilde Bastiaens</b>	Hoofddocent Huisartsgeneeskunde UAntwerpen
<b>Prof. dr. Benedicte Deforche</b>	Hoogleraar Gezondheidsbevordering UGent
<b>Elke Geraerts</b>	CEO Better Minds at Work
<b>Lieven Janssens</b>	Burgemeester Vorselaar
<b>Michaël Sels</b>	Hoofddiëtist Universitair Ziekenhuis Antwerpen
<b>Guy Tegenbos</b>	Columnist De Standaard
<b>Ben Van Duppen</b>	Schepen district Borgerhout
<b>Prof. dr. Guido Van Hal</b>	Hoogleraar Sociale epidemiologie – UAntwerpen
<b>Jens Aerts</b>	Architect - Stedenbouwkundige gezonde omgeving
In naam van de Vlaamse Logo's:	
<b>Patricia Van Pelt</b>	Stafmedewerker Logo Antwerpen vzw
<b>Diederik Derijcke</b>	Gezondheidspromotor Logo Leieland vzw
<b>Sara Bertels</b>	Coördinator Logo Antwerpen vzw
<b>Werner De Wael</b>	Coördinator Logo Zenneland vzw
<b>Sophie Goetghebuier</b>	Coördinator Logo Dender vzw

\* Il s'agit de la composition actuelle de la plateforme de prévention.

**Contact:** [info@preventieplatform.org](mailto:info@preventieplatform.org)