

### *80 % des Belges n'ont jamais fait tester leur taux de cholestérol*

- Une enquête en ligne menée auprès de 1.000 Belges en septembre 2023 révèle des résultats surprenants sur leur relation avec le cholestérol.
- Bien que pratiquement l'ensemble des Belges (96 %) sait qu'un taux de cholestérol trop élevé, aussi appelé hypercholestérolémie, peut entraîner le développement de maladies cardiovasculaires, la plupart d'entre eux ne l'a jamais mesuré.
- Pourtant, les maladies cardiovasculaires représentent la première cause de mortalité en Belgique, avec 31.000 décès par an.
- Tout le monde, y compris les personnes qui se sentent en bonne santé, gagneraient donc à connaître son taux de cholestérol<sup>1</sup>.

**Bruxelles, le 8 novembre 2023** – Cette tendance inquiète, d'autant plus que l'Enquête de Santé par examen belge 2018<sup>2</sup> réalisée par Sciensano démontre qu'un Belge sur deux est atteint d'hypercholestérolémie. Les recommandations de Sciensano sont claires : il est approprié de mesurer son taux de cholestérol dans le cadre d'un dépistage cardiovasculaire général dès l'âge de 40 ans, voire avant en cas d'hypercholestérolémie familiale, maladie génétique qui touche un Belge sur 300. Pourtant, la majorité des personnes interrogées lors de cette nouvelle enquête, dont 63 % de plus de 50 ans, ne l'a jamais fait mesurer. En outre, 66 % des Belges n'ont jamais parlé de leur cholestérol avec un professionnel de la santé.

Cependant, un constat encourageant émerge : la grande majorité des personnes qui savent qu'elles possèdent un taux de cholestérol trop élevé a adapté son mode de vie, en adoptant une alimentation plus équilibrée (63 %), en diminuant sa consommation d'alcool (59 %) ou encore en pratiquant du sport (35 %). Ces choix font ainsi écho aux recommandations européennes de la Société européenne de Cardiologie, qui préconisent également un arrêt du tabac, la perte de poids et la prise de médicaments lorsque celle-ci est jugée nécessaire par le médecin traitant<sup>3</sup>.

73 % des Belges interrogés pensent connaître ces mesures pour réduire leur taux de cholestérol. Pourtant, la majorité reste inactive, non seulement à cause de difficultés à changer ses habitudes (60 %) et par manque de temps (55 %), mais surtout en raison de l'absence de symptôme lié à l'hypercholestérolémie (69 %). Cette réticence à passer à l'action révèle un manque de compréhension des véritables risques encourus. Le cholestérol, en tant que tueur silencieux, ne

---

<sup>1</sup> ENQUÊTE DE SANTÉ PAR EXAMEN BELGE 2018 ([sciensano.be](https://www.sciensano.be)) p.8-9

<sup>2</sup> ENQUÊTE DE SANTÉ PAR EXAMEN BELGE 2018 ([sciensano.be](https://www.sciensano.be)) p.8

<sup>3</sup> 2019 OP-EHEA210490 3227..3337 ([silverchair.com](https://www.silverchair.com)) p40

2019 ESC/EAS Guidelines for the management of dyslipidaemias: lipid modification to reduce cardiovascular risk | *European Heart Journal* | [Oxford Academic \(oup.com\)](https://www.oup.com)

présente aucun symptôme avant qu'il ne soit déjà trop tard. Pourtant, il peut provoquer de graves problèmes de santé en s'accumulant sur les parois de nos artères, obstruant nos vaisseaux sanguins et pouvant entraîner des pathologies sévères telles que les accidents vasculaires cérébraux (AVC) ou des infarctus. En Belgique, les maladies cardiovasculaires chroniques touchent 750.000 personnes et entraînent 31.000 décès – en grande partie évitables – par an.

**Prof. Dr. Philippe Van de Borne, cardiologue à l'ULB Erasme,** complète : « *Un taux de cholestérol trop élevé est une menace latente pour la santé et est trop souvent ignoré. Soit parce qu'il n'y a pas de symptômes, soit parce qu'on n'a ni le temps ni la motivation de changer son mode de vie. Cette prise de conscience est essentielle, car un taux de cholestérol trop élevé augmente le risque de maladies cardiovasculaires, dont les conséquences sont évitables. Surveiller son cholestérol est tout aussi important que garder un œil sur les autres aspects de sa santé, comme arrêter de fumer, faire suffisamment d'exercice physique, gérer son stress, contrôler son poids et sa tension artérielle, etc. Une simple prise de sang permet de mesurer le taux de cholestérol. Mesurer, c'est savoir. Un premier pas vers une vie plus saine* ».

Parmi les personnes qui font mesurer leur taux de cholestérol, 88 % déclarent que cela remontait à plus de deux ans ou qu'ils ne s'en souviennent pas. Plus de 30 % des répondants ayant mesuré leur taux de cholestérol ne se rappelle plus du résultat.

Sur base de ces constats, une campagne nationale sera lancée début novembre pour sensibiliser le public au cholestérol et à la nécessité de connaître son taux à l'aide d'une prise de sang. La campagne en ligne, qui prendra fin en janvier, apporte une touche humoristique au sujet et le rend plus accessible à un public plus large. Les risques liés à un taux de cholestérol trop élevé sont mis en avant avec comme slogan : « C'est l'histoire d'un Belge sur deux qui a un taux de cholestérol trop élevé ... Mieux vaut en mourir de rire ! ».

La campagne est rendue possible grâce au soutien de Sanofi.