

# SANTÉ Ce n'est pas le corona qui nous tue...

**Les maladies chroniques touchent plus de 25% de la population suisse et tuent chaque année 20 fois plus que le Covid. Elles sont pourtant évitables et réversibles.**

**En mettant à disposition les moyens adéquats, on aurait pu éviter 80% de la mortalité.**

**P**ensant bien faire, nos autorités suisses ont dépensé en 2020 des dizaines de milliards pour lutter contre le coronavirus. Malheureusement, en plus d'être inefficaces et coûteuses, les mesures prises ont généré du chômage, des faillites, des élèves en difficultés ainsi que des nouveaux pauvres. A-t-on raté l'objectif... ou s'est-on trompé de cible?

La vraie cause de la mortalité en 2020 n'est pas le corona mais une autre épidémie. Une épidémie bien plus mortelle puisqu'elle tue, chaque année, 20 fois plus que le Covid, soit plus de 40 millions de morts dans le monde! Cette épidémie, qui touche plus de 25% de la population suisse, en particulier les seniors, ce sont les maladies chroniques.

Il est difficile de comprendre pourquoi nous avons confiné toute la planète en 2020 pour 2 millions de morts, alors que 40 millions de personnes meurent chaque année de maladies chroniques, sans faire l'objet de mesures particulières. 40 millions, c'est l'équivalent chaque année des victimes de la Seconde Guerre mondiale, considérée comme la guerre la plus meurtrière de l'histoire.

Et ce n'est pas tout. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) nous dit que près de 80% des maladies chroniques sont évitables et réversibles avec des moyens simples et peu coûteux. Sachant que la plupart des morts du corona souffraient de maladies chroniques, en mettant à leur disposition les moyens adéquats, on aurait pu éviter 80% de la mortalité. Soit environ 1,5 million de morts!

Pourquoi les maladies chroniques nous rendent-

elles plus vulnérables à ce virus? D'abord parce que les maladies chroniques, ainsi que leurs traitements (généralement prescrits à vie), diminuent significativement notre immunité. Ensuite, parce que ces maladies génèrent un état inflammatoire que la présence du virus va exacerber et qui va causer la mort. Le diabète, l'hypertension et l'obésité sont reconnus pour augmenter notre vulnérabilité au virus et aggraver la sévérité de la maladie.

L'OMS nous rappelle toutefois que le diabète, l'hypertension, l'obésité sont évitables et réversibles. Comment? Avec quelques changements clés d'habitudes de vie. Dès lors, plutôt que dépenser des milliards sans résultat positif, ne vaudrait-il pas mieux investir une infime partie de ces sommes dans l'éducation à la santé et à la prévention des maladies pour protéger les personnes à risque et sauver des vies?

## Réduire la vulnérabilité... et les coûts

Quelques semaines de nutrition ciblée suffisent pour inverser le cours du diabète (type 2), de l'hypertension, de l'obésité et réduire ainsi la vulnérabilité aux infections. En y ajoutant des activités physiques, de la gestion intelligente du stress et une augmentation des liens sociaux, on réduit le nombre de malades chroniques et on sauve non seulement la vie de la majorité des victimes potentielles du corona, mais aussi celles des malades chroniques.

Une telle politique de santé aurait par ailleurs un autre effet positif: celui de diminuer de plusieurs dizaines de milliards les coûts de la santé en Suisse. Car il faut savoir que 80% des coûts de la santé en Suisse sont liés aux maladies chroniques.

En d'autres termes, prendre soin des personnes vulnérables via des programmes santé, tout en économisant et en laissant le reste de la population vivre normalement, c'est possible. C'est d'ailleurs l'objet de la pétition lancée avec un groupe de personnalités, intitulée: «OUI à la protection des personnes vulnérables, NON aux mesures inutiles de confinement», disponible en ligne sur le site [Change.org](https://www.change.org). ■

**JEAN-PHILIPPE DE TOLEDO,**  
président de Pharmacie Principale