



Hôpitaux publics

La grève se poursuit

Entamées depuis le 22 mai dernier dans quelques formations sanitaires de la capitale, les mouvements d'humeurs engagés par des personnels de Santé réclamant de meilleures conditions de travail devraient se poursuivre cette semaine. Les concertations tenues par les autorités à l'effet d'y mettre un terme la semaine dernière ont échoué. Les syndicats exigent des réponses concrètes à différentes doléances pour stopper le mouvement.

A lire la réaction du Dr Guy Patrice Boum. Le Neurochirurgien donne son avis sur le "malaise multiforme profond et en croissance" qui traverse les formations sanitaires du pays. Page 3



Choléra

Plus de 1000 cas enregistrés en moins d'un mois dans la région du Centre

Selon les chiffres du ministère de la Santé publique, ce sont exactement 1070 nouveaux cas de choléra qui ont été enregistrés sur l'ensemble du territoire entre le 16 au 30 Mai 2023. 26 personnes sont décédées des suites de la maladie durant la même période. Page 5



Hygiène menstruelle

Une femme utilise en moyenne 10 580 protections périodiques dans sa vie

Selon le Fonds des Nations Unies pour la population (UNFPA), 500 millions de personnes n'ont pas suffisamment accès aux produits d'hygiène menstruelle ni à des structures sanitaires adaptées dans le monde. Page 8

Retrouvez nous sur le web

www.santenatureinfos.com



Abonnez-vous

18 322

C'est le nombre de cas de choléra notifiés au Cameroun en date du 30 mai 2023. La situation épidémiologique du Rapport de situation (Sitrep) fait état de 426 décès sur l'ensemble des régions affectées. Soit huit déjà, au total. Depuis sa résurgence en 2021, l'épidémie de choléra continue de faire des victimes. Ainsi, avec 690 cas et 24 décès cette année, le pays totalise en mai 2023 un cumul plus de 18 mille cas et 426 décès. Sur le plan national, 24% des cas sont classés sévères et 48,4% modérés. Les hommes sont plus touchés que les femmes, et la tranche d'âge la plus affectée est celle de 20 à 29 ans. Elle représente 26,8% des cas. Au plan national, le Centre est la région la plus affectée avec plus de 100 décès au compteur et plus de 2 000 cas notifiés.



888 273

C'est le nombre Camerounais qui souffrent de dépression d'après l'OMS. Dans un rapport publié en 2017, l'organisation mondiale de la Santé estime que la société camerounaise souffre de plus en plus de dépression, un trouble mental courant qui constitue la première cause d'incapacité dans le monde. Selon l'organisation, plus de 300 millions de personnes sont confrontées à ce problème qui peut, dans le pire des cas, conduire au suicide. Ce d'autant plus que la société camerounaise se montre intransigeante envers les dépressifs. Aussi, la surdité de notre société est un facteur aggravant de la dépression. L'on estime que 3,8% de la population mondiale en souffre. Dans 37 études publiées entre 2008 et 2020 en Afrique sur 97 616 adolescents, la prévalence de la dépression a été estimée à 26,9%. Similairement au Cameroun, l'évolution de cette maladie n'est pas en reste. A Douala en 2017, est estimée à 32,5 % la prévalence des troubles dépressifs en consultation de médecine générale pour un taux de diagnostic de 1,92 %.



2 milliards

C'est le nombre de personnes souffrant de déficiences visuelles ou de cécité dans le monde. Selon l'OMS, 6% de la population du continent souffrirait de problèmes de vue, allant de la myopie légère à la cécité. Et dans 80% des cas, la cécité pourrait être facilement évitée. Alors que la communauté internationale célèbre ce 5 juin la journée mondiale de l'orthoptique, 80% des déficiences visuelles ne sont pas prises en charge correctement sur le continent. Plusieurs études ont montré que la cécité était un facteur capital de baisse de l'espérance de vie en Afrique. Si rien n'est fait, tout indique que le nombre de personnes souffrant de déficiences visuelles devrait continuer d'augmenter dans les prochaines années.



« Ils ont dit »



«L'épidémie de tabagisme est l'un des plus grands défis de santé publique de tous les temps, entraînant chaque année plus de huit millions de décès dans le monde. Si le nombre de consommateurs des produits du tabac diminue dans d'autres régions du monde, il ne cesse d'augmenter dans la Région africaine. Par exemple, le nombre de consommateurs de tabac dans la Région africaine de l'OMS est passé d'environ 64 millions d'utilisateurs adultes en 2000 à 73 millions en 2018. Cette augmentation est due en partie à une production accrue de produits du tabac et à une commercialisation agressive de la part de l'industrie du tabac. L'intensification de la culture du tabac dans la Région africaine est une grave menace pour notre sécurité alimentaire et nutritionnelle. Les données disponibles révèlent que si la superficie consacrée à la culture du tabac a diminué de 15,7 % au niveau mondial, elle a en revanche augmenté de 3,4 % en Afrique entre 2012 et 2018.»

Dre Matshidiso Moeti, Directrice régionale de l'Oms pour l'Afrique, à l'occasion de la journée mondiale sans tabac, le 31 mai 2023



«L'Union Africaine à la faveur de la 11e édition, en 2022, de la journée africaine de la décentralisation et du développement invitait les gouvernements locaux d'Afrique à faire de la sécurité alimentaire une priorité essentielle. Si l'on considère les nombreuses crises auxquelles le monde est confronté, au plan sanitaire, sécuritaire et climatique, il se dégage que la sécurité alimentaire est un problème complexe et global qui ne peut être adressé que de façon multidimensionnelle tant à l'échelle internationale, régionale, nationale, locale qu'à celle des individus. Il est question durant ces trois jours de réflexion, d'une part, de proposer des solutions adéquates pour renforcer la sécurité alimentaire dans notre pays, et d'autre part, de stimuler de manière concrète, la contribution des collectivités territoriales décentralisées au processus d'urgence porté par la stratégie nationale de développement 2020-2030.»

Joseph Dion Ngute, Premier ministre Chef du Gouvernement dans son discours lors de la cérémonie d'ouverture des Journées économiques internationales des communes (Jeicom)

Santé Nature infos

Journal d'informations spécialisé en santé et environnement
Email : contact@santénatureinfos.com
Tel. : +237 655 615 784
Siège social : Yaoundé-Cameroun



Directeur de publication
 Albertine Aurore Bitjaga
bitjaga2005@yahoo.fr

Directeur de publication Délégué
 Banyamnga Vivien Constant

Chargée de relations Publiques
 Eline Michèle Bito

Redacteur en Chef
 Elvis Serge Nsaa

Relecture
 Albertine Aurore Bitjaga
 Banyolog Jacques

Desk centre
 Elvis Serge Nsaa
 Kevin Njiega
 Kevine Armelle
 Franck Mpeck

Desk littoral
 Jacques Banyolog (**Chef Desk**)
 Paul Cedric Payo
 Jackson Ndjock
 Panisse Istral Fotso

Infographie, Conception et design

Arnaud Djiatsa
 Michel Ndeme

Imprimerie
 JvGraph

Distribution
 CEDIPRESS

Hôpitaux Publics

La grogne persiste

Malgré la concertation initiée par le gouvernement au 1er ministre la semaine dernière, les syndicats de défense des personnels de santé déçus par les échanges avec les autorités, indiquent que les grèves entamées vont se poursuivre jusqu'à l'obtention des solutions concrètes.

Par Albertine B.

« Elle a accouché d'une souris », c'est ainsi que Sylvain Nga Onana le Président de CAP/Santé résume la réunion de concertation tenue le 30 mai dans les services du Premier ministre. La rencontre présidée par le Secrétaire général adjoint du Premier ministre Pascal Nguïhe Kanté avait pour objectif de désamorcer les mouvements d'humeurs engagés par des personnels de santé dans quelques formations sanitaires de la ville de Yaoundé. Seulement les choses ne sont pas passées comme l'aurait souhaité les représentants des grévistes à ladite rencontre. En effet aucune réponse concrète n'a été formulée aux nombreuses revendications portées par les personnels de santé. « Ils ne nous ont rien dit et nous demande d'attendre sans délai » explique M Onana en ajoutant : « Après un mora-



toire de mois demandé par le gouvernement plus 03 mois supplémentaire rien n'a bougé ...du réchauffé du déjà entendu ».

Ainsi donc au vu de ce qui pourrait être qualifié d'échec de négociation entre les dif-

férentes parties, les syndicats des personnels de santé annoncent que les grèves vont se poursuivre. « Pour que la grève s'arrête, que le gouvernement prennent des engagements fermes pour résoudre les problèmes posés

», confient les syndicats.

En rappel c'est depuis le 22 mai que les personnels de santé de quelques hôpitaux de la ville de Yaoundé sont en grève. il s'agit entre autres de l'hôpital Jamot et du Centre des Urgences de

Yaoundé (CURY). Les grévistes déroulent un chapelet de revendications au rang desquelles, des meilleures conditions de travail ; des revalorisations salariales, affiliation à la CNPS , des contractualisations etc.

Dr Guy Patrice Boum

"La grève n'est qu'une des expressions parmi tant d'autre"

Le Neurologue et Neurochirurgien donne son avis sur les mouvements d'humeurs qui secouent les formations sanitaires publiques depuis plusieurs jours.

Quel est votre avis au sujet les différentes grèves qui secouent depuis quelques temps les formations sanitaires au Cameroun* ?

Les formations sanitaires publiques comme privées sont sous perfusion. Les grèves doivent être analysées comme une manifestation explosive d'un malaise multiforme, profond et en croissance, un ras-le-bol du corps médical dont l'avenir semble compromis par une réalité économique peu prometteuse et une équipe dirigeante qui peine à ramener la sérénité face au découragement ambiant.

Au regard des revendications soulevées, n'ya t-il pas lieu de constater une clochardisation des personnels médico-sociaux sanitaire au Cameroun* ?

Le corps médical n'est pas plus mal que celui des enseignants. L'incapacité du corps médical dans son intégralité à pouvoir joindre les deux bouts,

contraint au grand-écart et à l'improvisation ne font pas toujours de lui un corps de clochards. Le bien-être social chez ces sauveurs de vie est certes désormais largement en dessous des espérances individuelles sur le plan national et en conséquence la noblesse du métier visiblement remise en cause par beaucoup de concitoyens.

Une situation pareille peut-elle être à l'origine des dérapages et autres déviances observés dans la pratique du métier ?

La pauvreté ne peut pas justifier le crime mais l'on ne saurait ignorer la peine que subissent les acteurs de la santé qui sont pour la plupart d'entre eux dévoués à la tâche médicale, technico-médicale et paramédicale. Et si l'on questionnait plutôt le cadre politique et la conjoncture économique qui prêtent suffisamment le flanc à la



critique ? Le vœu le plus ardent de tous les citoyens est d'avoir affaire où il en a le plus besoin, à un infirmier ou un médecin fier de sa profession et respectueux de la déontologie et de l'éthique médicales. Ceci suppose en amont une bonne formation et en aval un salaire correspondant.

Que doit faire le gouvernement pour

stopper la grève, et de façon plus globale régler le problème ?

La grève n'est qu'une des expressions parmi tant d'autres. Les malversations décriées telles que le vol des médicaments, les détournements et tous genres de commerce, le clientélisme au sein des structures hospitalières, peuvent être analysés comme une autre forme de grève. Botter la paupérisation des blocs opératoires et salles de soins hospitaliers par une meilleure organisation politique et stratégique du système de santé est la seule voie pouvant nous sortir du marasme actuel. Le décrier dans la presse écrite et sur les plateaux de télévision ne suffira pas. Les tenants des leviers semblent hélas esquisser les vrais questions et se satisfaire du nivellement par le bas. Le problème est profond. Hélas !

Entretien réalisé Par Jacques Banyoglog

Choléra

Plus de 1000 cas enregistrés en moins d'un mois dans la région du Centre

Selon les chiffres du ministère de la Santé publique, ce sont exactement 1070 nouveaux cas de choléra qui ont été enregistrés sur l'ensemble du territoire entre le 16 et le 30 Mai 2023. 26 personnes sont décédées des suites de la maladie durant la même période.

Par F.J

Le dernier rapport de la situation épidémiologique du choléra sur le plan national n'est pas du tout rassurant. Il y ressort en effet que malgré les efforts menés ces dernières semaines, la maladie continue de prendre du terrain. Ainsi 1070 nouveaux cas de choléra ont été notifiés le 16 et le 30 Mai dont 1027 dans la seule région du Centre. 26 personnes sont également décédées des suites de choléra dans la même région apprend-on dudit rapport. Les autres régions concernées sont, la région du littoral avec 23 cas et le région du Sud avec 20 cas. De façon générale le Cameroun cumule un

total 18 322 cas notifiés depuis le début de l'épidémie en 2021, avec 426 décès.

Absence d'eau potable

Les raisons de cette persistance de l'épidémie sont à trouver dans les nombreuses difficultés que le dispositif de riposte rencontre sur le terrain. Il s'agit entre autres de l'insuffisance des ressources humaines notamment celles formées à la prise en charge des cas de choléra, insuffisance de moyens logistiques et financiers et surtout l'absence d'eau potable dans les collectivités. En attendant le ministère de la santé publique à travers ces différents démembrés entend continuer le combat. Des campagnes de sensibilisation et de vaccination



(dans les zones répondant aux critères) vont ainsi se poursuivre. les populations

de la capitale en particulier sont appelées à la vigilance et au respect strict des règles

d'hygiène pour limiter à sa plus simple expression la propagation du mal.

Choléra

Yaoundé en alerte

Au Cameroun en occurrence à Yaoundé, plusieurs dispositions sont prises dans les familles et les commerces pour éviter au maximum d'ouvrir la voie à cette maladie contagieuse.



Par F.J

Désormais, Jorel Melong est un peu plus chargée que d'habitude. Munie d'une Corbeille de pomme de France, d'une bouteille d'eau qu'il asperge sur ces fruits au fur et à mesure. Ce jeune vendeur de fruits essaie de s'adapter à l'air

du temps. Il y a du choléra dans l'air. "Vous voulez que je vende près d'un hôpital de district, je suis obligé de mettre de la rigueur dans la vente de mes fruits, après que j'ai lavé cela avec de l'eau potable et des produits je me rassures qu'à chaque minute après exposition que j'arrose cela", affirme Jorel Melong. Une altitude que ce

dernier a adopté depuis la propagation de cette épidémie dans la ville au sept collines. "Lorsqu'un client arrive, il choisit ce qu'il veut sans toucher, moi je prends avec le nylon à la maison avant de servir à ce dernier. Il y a des fois où même les infirmières nous on félicité pour les dispositions que nous avons prises", réitère ce dernier. Ce dernier vend des fruits depuis des années, avec la survenue de cette épidémie dans la ville, il craint beaucoup pour son affaire. "Depuis que cette maladie a revenu à Yaoundé nous craignons pour notre activité car on a peur que les gens ne vont plus faire la recette Parce que le choléra est dehors car on a vu les conséquences du COVID 19 sur notre commerce", réaffirme jorel melong.

Le domaine de la restauration étant l'un des secteurs névralgique exposé au choléra. Cette pathologie hybride se transmet facilement par la consom-

mation des aliments souillés ou non lavés. Depuis la survenue du choléra nombreux sont des commerçants qui s'ajustent afin de satisfaire davantage leur clientèle. "Comme vous savez que nous faisons dans la restauration, il est prépondérant pour nous de prendre des dispositions pour ne pas avoir des cas de choléra ici. Pour ce fait, chaque client qu'il vient ici nous lui demandons d'abord de se laver les mains avant d'entrer, nous mettons les couvertures et autres dans le micro ondes avant de servir avec et vendons nos repas à chaud. On prend soins de tout ici", fait savoir cette restauratrice du quartier Nsam.

Il est alors important pour les uns et les autres de prendre des dispositions pour afin d'éradiquer cette pathologie qui a elle seul au moins 53 décès pour plus de 3000 cas dans 8 régions du pays.

Journée Mondiale du Donneur de Sang

Le centre national de transfusion sanguine prépare ses actions

Le Cameroun célèbre de concert avec la communauté internationale la Journée Mondiale du Donneur de Sang le 14 juin prochain.



Paul Cedric Payo

Officiellement désignée comme événement annuel par l'Assemblée mondiale de la Santé en 2005, cette journée offre une occasion spéciale de rendre hommage aux donateurs de sang volontaires du monde entier et de les remercier pour leurs dons. Elle est devenue un axe majeur de l'action visant à assurer l'accès universel à des transfusions sanguines sûres. Chaque don est un cadeau précieux qui

sauve des vies et sa répétition est la clé pour mettre en place un approvisionnement en sang sûr et durable.

La réalité du terrain

Dans de nombreux pays, les services de transfusion sanguine se heurtent aux difficultés qu'il y a à mettre suffisamment de sang à disposition, tout en en garantissant la qualité et la sécurité. Le manque d'accès à du sang et à des produits sanguins sûrs en particulier dans les pays à revenu faible ou intermédiaire a des répercussions sur tous les patients, y

compris ceux qui ont besoin d'une transfusion régulière. L'une des stratégies de l'OMS consiste à aider les pays à revenu faible ou intermédiaire à améliorer la disponibilité et la qualité du plasma humain, notamment par une utilisation optimale du plasma obtenu à partir de dons de sang total et par l'amélioration de l'accès des patients aux traitements à base de protéines plasmatiques susceptibles de sauver des vies. Cette journée a été créée pour la célébration et la reconnaissance du donneur de sang

volontaire, bénévole et régulier. Ces donateurs sauvent des vies au quotidien sans le savoir.

Pour cette année, la Journée mondiale du donneur de Sang sera célébrée sur l'étendue du territoire nationale sous le thème : «< Sang, plasma : partageons la vie, donnons souvent ! >>. à Douala un paquet d'activités qui ont d'ailleurs commencé depuis le 26 mai sont organisées par le centre national de transfusion sanguine (CNTS) en partenariat avec l'OMS et le ministère

de la santé publique. Le 10 juin une marche sportive est organisée à cette occasion dans les artères de la capitale économique. Du 10 au 11 juin, l'hôpital de district de Deido ouvre ses portes aux âmes de bonnes volontés. Le 14 juin, du côté de L'hôpital Laquintinie de Douala une cérémonie d'hommage à ces héros est prévue et surtout afin que les citoyens volontaires et solidaires posent également le bon geste citoyen et altruiste.

**LISEZ ET FAITES LIRE SANTÉ NATURE INFOS
RETROUVEZ-NOUS SUR
WWW.SANTÉNATUREINFOS.COM**

Réunion du réseau Gabriel au Cameroun

Un satisfecit pour tous les participants

La présentation des résultats de recherche et l'inauguration d'un nouveau bâtiment du Centre Pasteur, étaient entre autres les grands axes de cette rencontre ouverte mercredi dernier à Yaoundé.

Par Rodrigue Bikele

Fédérer les membres, discuter des projets sur les maladies infectieuses et présenter les résultats de recherche. C'était l'enjeu majeur de la 12e réunion du réseau international Gabriel, co-organisée par le Centre Pasteur Cameroun et la Fondation Mérieux. Ouvert mercredi dernier à Yaoundé, cette rencontre a abouti à des échanges d'opportunités. Lesquels permettront une intervention efficace sur certaines maladies au Cameroun telles que : la tuberculose, les maladies respiratoires aiguës, la résistance aux antimicrobiens et les patho-

gènes émergents. Cette réunion internationale a également permis à l'Etat du Cameroun, avec l'aide de la fondation Mérieux, de trouver des financements nécessaires pour conduire les différents projets et objectifs fixés. Déjà, il faut que rappeler que la fondation Mérieux a contribué à hauteur de 262 millions de f pour la finalisation du chantier du laboratoire du Centre Pasteur d'analyse des eaux et des aliments. Alain Mérieux, président de cette fondation a en profité au côté du secrétaire général du ministère de la Santé publique, le Pr Louis Richard Njock pour inaugurer ce joyau architectural jeudi dernier. « Au moment où le

Cameroun fait face à des urgences de santé publique, ce laboratoire constitue un outil aux standards internationaux du dispositif de santé qui contribue à la sécurité sanitaire des aliments », a relevé le Pr. Ndjok. Le bâtiment évalué à 735 millions de f dont la construction et l'acquisition de nouveaux équipements a été d'une participation tripartite de l'État du Cameroun, de la fondation Mérieux et du Centre Pasteur lui-même. Des deux fonctions que présente ce laboratoire, l'analyse des eaux constitue la principale activité. Cette demande d'analyse concerne : le contrôle de la qualité de l'eau destinée à la consommation humaine tant

au niveau de la ressource qu'au niveau du système de traitement ; le contrôle de la qualité des eaux minérales commercialisées sur le territoire national ; le contrôle de la qualité des eaux usées du fonctionnement des usines avant leur rejet dans la nature et l'analyse des pour la réalisation des ouvrages en béton. « A la fois il y a une mission humaine de santé, il y a aussi une mission industrielle pour savoir la qualité de leur produit alimentaire. Avec des analyses microbiologique et chimique et une accréditation internationale, ce laboratoire va permettre aux industries d'exporter leur produit. Donc, ça va renforcer la capacité industrielle agroali-

mentaire du Cameroun » a précisé le Dr MirdadKazanji, directeur du Centre Pasteur au Cameroun. La réunion du Réseau Gabriel s'est achevé vendredi dernier avec le prix Gabriel des jeunes chercheurs. Les lauréats sont, la Camerounaise Nono Vanessa Ninkeh et Clausjeans Chastel MfoutuMapanguy du Congo Brazzaville. Ils ont reçu à cette occasion une prime d'une valeur de 3. 275 000 f. Cette somme est destinée à soutenir le développement de carrière de ces jeunes scientifiques prometteurs du Réseau Gabriel.





Systèmes de santé dans le monde

L'exemple qui vient du Japon

Ce pays de l'Asie se positionne en tête des pays où l'état de santé général de la population est le meilleur, grâce à un système d'assurance maladie universelle obligatoire dont chacun profite au quotidien. Ainsi, les femmes vivent 87 ans en moyenne et les hommes 81 ans. La mortalité infantile au Japon est également l'une des plus faibles.

Léon ATTOU

Singapour, le Japon et la Suisse sont les pays avec le meilleur système de santé au monde. Singapour se distingue notamment par l'excellent état de santé général de ses citoyens (nombre de fumeurs, prévalence des maladies...) et par sa couverture santé financée à la fois par le public et le privé. En 2000, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) établissait un classement mondial de 191 systèmes de santé fondé sur cinq indicateurs : niveau de santé général de la population, inégalités (ou disparités) de santé dans la population, degré général de réactivité des systèmes de santé, distribution de la réactivité dans la population et répartition de la charge du financement du système de santé au sein de la population.

Par exemple, le Japon se positionne en tête des pays où l'état de santé général de la population est le meilleur, où les facteurs de risque sont les plus faibles, et où les ressources consacrées au système de santé sont importantes. L'Allemagne, la Suède, la Suisse, l'Islande, la Norvège et le Luxembourg et l'Italie affichent de bons résultats pour l'ensemble des indicateurs clés considérés.

Notre top 5 des meilleurs systèmes de santé dans le monde

Le système de santé de Singapour est souvent cité en exemple dans le monde entier pour son efficacité et sa modernité. Et pour cause, la santé figure clairement en tête des priorités du gouvernement depuis plusieurs années. Dans le public comme dans le privé, les patients bénéficient de soins de qualité prodigués par un personnel médical hautement qualifié dans des établissements à la pointe de la technologie.

Les Japonais ont l'un des taux d'espérance de vie les plus élevés au monde. Et c'est sans doute principalement grâce à l'excellence du système de santé japonais qui brille par sa modernité, son efficacité et son accessibilité. L'assurance maladie couvre à 70 % les soins médicaux des résidents qui bénéficient librement d'un accès rapide aux soins et d'une prise en charge ultra-efficace par des infrastructures de santé modernes.

La Suisse possède un système de santé très performant en termes d'accessibilité, de qualité et d'offre de soins, de solidarité, et d'efficacité globale (rapport ressources allouées à la santé/résultats des soins). Alimenté par des dépenses conséquentes, le système de santé suisse s'appuie sur un mélange d'acteurs publics/privés qui interviennent sur un marché très réglementé.

Le système de santé néerlandais repose sur un savant

Rang	Pays	Moyenne	Hommes	Femmes
1	Monaco	87.2	85.3	89.0
2	Japon	84.6	82.0	87.3
4	Singapour	84.0	82.0	87.0
8	Italie	83.1	80.4	85.8
9	Suède	83.0	81.4	84.6
10	Australie	83.0	80.5	85.5
11	Suisse	82.8	80.4	85.4
12	Canada	82.5	80.4	84.6
13	Espagne	82.3	79.5	85.0
14	France	82.3	79.4	85.2
24	Allemagne	81.0	78.5	83.5
35	États-Unis	79.8	77.4	82.2
37	Danemark	79.5	77.0	82.0
50	Mexique	77.2	74.2	80.2
57	Brésil	76.2	72.6	79.8
64	Chine	76.0	74.0	77.0
82	Pérou	74.7	71.6	77.8
117	Indonésie	72.0	68.0	76.0
124	Russie	70.5	65.0	76.3
193	Sierra Leone	47.5	47.0	48.0

équilibre entre régulation et libéralisme : les résidents bénéficient d'un système de couverture universel centralisé régulé par l'État et mis en œuvre par des compagnies d'assurance privée. Considérant des indicateurs comme l'accès aux soins (rapidité, accessibilité financière), le

traitement des dossiers médicaux (prévention, coordination des soins), l'équité et les résultats des soins de santé, le système de santé des Pays-Bas est l'un des meilleurs d'Europe.

L'indice permet de dresser un tableau global de la prospérité dans ses dimensions insti-

tutionnelles, économiques et sociales, mais aussi d'établir un classement des pays par domaine d'intérêt. En matière de santé, ce sont le Japon, Singapour, la Corée du sud, la Norvège et Taïwan qui occupent les cinq premières places du Legatum Legatum Prosperity Index™ 2021.

Hygiène menstruelle

Une femme utilise en moyenne 10 580 protections périodiques dans sa vie

Selon le Fonds des Nations Unies pour la population, 500 millions de personnes n'ont pas suffisamment accès aux produits d'hygiène menstruelle ni à des structures sanitaires adaptées dans le monde.

Léon ATTOU

L'hygiène liée aux menstrues est ignorée par les professionnels des secteurs de l'eau, de l'assainissement et de l'hygiène (EAH), ainsi que de ceux de la santé et de l'éducation. Dans certaines familles, les menstruations demeurent un sujet tabou. Les parents n'en parlent pas avec leurs enfants et celles-ci sont abandonnées à elles même aux moments où elles voient leurs premiers règles. « C'est en classe de 4eme au collège David Lavoisier que j'ai commencé à voir mes premières règles. Je savais que c'était un truck anomal, du coup, je suis sortie immédiatement de la classe et je suis rentrée à la maison. Lorsque ma mère m'a vu avec le sang, elle m'a juste dit que je suis devenue une femme », témoigne avec un sourire de banane, Corine, élève en classe de 4ème au collège David Lavoisier à Yaoundé. Dans la plupart des établissements scolaires et universitaires de la ville aux sept collines, on ne retrouve pas des installations pour aider les élèves et étudiantes pendant leurs règles. Ces établissements ne fournissent pas de serviettes hygiéniques de dépannage aux élèves et étudiants, par exemple, ni d'endroit approprier pour les jeter. Lorsqu'elles manquent les cours, elles ont des mauvaises notes lors des évaluations. Avec le temps, elles



abandonnent ensuite l'école parce qu'elles sont démotivées. Le 28 mai est la journée mondiale de la gestion de l'hygiène menstruelle. En effet, c'est une journée pour briser les tabous néfastes sur les règles et sensibiliser aux lacunes actuelles en matière de produits, d'éducation et d'installations menstruelles. La possibilité de s'occuper correctement de son corps pendant les règles est une partie essentielle de cette liberté fondamentale. Ainsi, le thème de la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle est cette année « Faire de la menstruation un élément normal de la vie d'ici 2030 ». A l'occasion de cette journée, il est important de lutter contre la stigmatisation, l'exclusion et la discri-

mination liées aux règles et à améliorer les connaissances, les compétences et les programmes de nos Sociétés nationales en matière de gestion de l'hygiène menstruelle (GHM). Pourtant, on estime que 500 millions de personnes n'ont pas suffisamment accès aux produits d'hygiène menstruelle ni à des structures sanitaires adaptées. Il faut savoir qu'en moyenne, une femme utilise 10 580 protections périodiques dans sa vie, cela signifie qu'elle dépense entre 2000 (1300 000 F Cfa) et 3000 Euros (1 950000F Cfa) en tampons et serviettes. Une mauvaise hygiène menstruelle peut affecter le taux de fécondité. Les infections de l'appareil génital sont la cause de 30 % à 50 % des infections prénatales. En raison des préjugés entourant

les règles, certaines femmes ne s'alimentent pas ou ne prennent pas de douches pendant leurs menstruations. L'instauration de la Journée mondiale de l'hygiène menstruelle remonte à 2014. Son but est de rompre le silence et à diffuser l'information pour permettre à la communauté en générale et à la communauté scolaire en particulier de communiquer et d'échanger sur l'amélioration de la gestion de l'hygiène menstruelle. Une mauvaise santé et hygiène menstruelle entrave les droits fondamentaux des femmes, des filles et de toutes les personnes menstruées, notamment leur droit au travail et à la scolarité. Cela aggrave aussi les inégalités sociales et économiques. L'insuffisance des ressources pour gérer ses règles ainsi

que les dynamiques sociales d'exclusion et de honte mettent à mal la dignité humaine. L'inégalité entre les genres, l'extrême pauvreté, les crises humanitaires et les traditions néfastes peuvent amplifier les privations et la stigmatisation. Les politiques mondiales et nationales de santé et de développement doivent faire de la santé menstruelle une priorité, avec des investissements reflétant le rôle important dans les droits de la personne, la santé publique, l'égalité des genres et le développement durable. Cette journée a lieu le 28 mai car les cycles menstruels comptent en moyenne 28 jours et que les règles durent environ 5 jours par mois (mai étant le cinquième mois de l'année).

Journée mondiale sans tabac

La hausse de la consommation inquiète l'OMS

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le nombre de consommateurs de tabac dans la région africaine est passé d'environ 64 millions d'utilisateurs adultes en 2000 à 73 millions en 2018. Cette augmentation est due en partie à une production accrue de produits du tabac et à une commercialisation agressive de la part de l'industrie du tabac.



Léon ATTOU

Ce 31 mai 2023, l'Organisation mondiale de la Santé s'associe au reste de la communauté internationale pour commémorer la Journée mondiale sans tabac. Cette journée nous offre l'occasion de mettre en lumière les dangers associés à la consommation de tabac et à l'exposition à la fumée de tabac.

C'est aussi le lieu de réitérer l'engagement de l'OMS en faveur de politiques efficaces pour endiguer l'épidémie de tabagisme et ses répercussions sur les individus, les sociétés et les nations. Le thème retenu pour l'édition de cette année, à savoir : « Cultivons

des aliments, pas du tabac », vise à sensibiliser les cultivateurs de tabac aux diverses possibilités de production et de commercialisation de cultures de remplacement et à les encourager à opter pour des cultures durables et nutritives.

Ce thème vise en outre à exposer les procédés mis en place par l'industrie du tabac pour entraver les initiatives de substitution de la culture du tabac par des cultures durables, contribuant ainsi à exacerber la crise alimentaire mondiale.

Le thème nous engage tous à mener une réflexion sur la façon dont les politiques alimentaires et agricoles améliorent la disponibilité d'aliments nutritifs et de régimes

alimentaires sains, tout en réduisant la production de tabac. La culture et la production de tabac aggravent l'insécurité alimentaire et nutritionnelle.

La culture du tabac détruit les écosystèmes, appauvrit les sols, souille les eaux et pollue l'environnement. Les profits tirés du commerce du tabac comme culture de rapport ne sauraient compenser les dommages causés à la production alimentaire durable dans les pays à revenu faible ou intermédiaire.

Si le nombre de consommateurs des produits du tabac diminue dans d'autres régions du monde, il ne cesse d'augmenter dans la région africaine. Par exemple, le nombre de consommateurs

de tabac dans la Région africaine de l'OMS est passé d'environ 64 millions d'utilisateurs adultes en 2000 à 73 millions en 2018. Cette augmentation est due en partie à une production accrue de produits du tabac et à une commercialisation agressive de la part de l'industrie du tabac.

Sur environ 828 millions de personnes souffrant de la faim dans le monde, 278 millions (soit 20 % de ces personnes) vivent en Afrique. De plus, 57,9 % de la population africaine est exposée à une insécurité alimentaire modérée à grave. Cette situation compromet l'atteinte de l'objectif 2 de développement durable dans la Région, lequel vise à éliminer la faim,

assurer la sécurité alimentaire, améliorer la nutrition et promouvoir l'agriculture durable.

La recrudescence des principaux facteurs à l'origine des tendances récentes en matière d'insécurité alimentaire et de malnutrition, notamment les conflits, les événements climatiques extrêmes et les chocs économiques, vient aggraver la situation. Par conséquent, nos actions concertées sont essentielles pour que chaque individu dispose de ressources alimentaires suffisantes.

L'intensification de la culture du tabac dans la Région africaine est une grave menace pour notre sécurité alimentaire et nutritionnelle.

1510



SAUVER DES VIES ET DES MOYENS DE SUBSISTANCE
SAVING LIVES & LIVELIHOODS



Vergetures

Trois clefs pour les atténuer naturellement

Après une grossesse, une prise ou perte de poids, ou simplement après la croissance ou la puberté, il n'est pas rare d'avoir des vergetures. Mais si vous souhaitez les atténuer, toutes les méthodes ne se valent pas... Pour comprendre comment fonctionnent les traitements, il est important de savoir comment naissent les vergetures.



Léon ATTOU

La plupart du temps, on le retrouve sur les hanches, les seins, les cuisses, les fesses ou encore les bras, mais elles peuvent techniquement apparaître sur toute la surface du corps. Les vergetures classiques ont également une origine en partie hormonales puisqu'elles apparaissent au moment de la puberté ou lors d'une grossesse. Durant ces périodes, la quantité de cortisol produite par le corps diminue, ce qui ralentit la production de collagène, responsable de l'élasticité, la souplesse et l'aspect rebondi de la peau. C'est d'ailleurs pour cela que les sportifs, qui produisent beaucoup de cortisol, ont souvent des vergetures. Pour comprendre comment fonctionnent les traitements, il est important de savoir comment naissent

les vergetures.

Vergetures :

mais d'où viennent-elles exactement ? Il s'agit d'une forme de fissure dans les fibres du derme qui interviennent lorsque la peau subit une extension rapide sur certaines zones. En somme, c'est une cicatrice sur une zone de la peau où a lieu une rupture du collagène et de l'élastine. D'où leur forme assez spéciale, légèrement en relief. A mesure que la peau cicatrise, les traces rouges cèdent la place à des lignes blanches ou beige. Même si elles sont indolores, les vergetures sont souvent sources de complexe. On peut donc avoir envie de les atténuer. Sachez qu'il est rare qu'elles disparaissent totalement, mais on peut largement les gommer pour qu'elles soient nettement moins visibles.

Même si elles sont indolores, les vergetures sont souvent sources de complexe. On peut donc avoir envie de les atténuer. Sachez qu'il est rare qu'elles disparaissent totalement, mais on peut largement les gommer pour qu'elles soient nettement moins visibles. Il existe plusieurs solutions : les crèmes et soins à base de rétinoïdes et des astuces naturelle. Elles assurent une procédure douce, mais lente, qui va estomper les vergetures.

Des traitements naturels

La pomme de terre, reine de la régénération cellulaire

Qui l'eût cru ? Avec ses propriétés qui favorisent la restauration et la stimulation des cellules de la peau, la pomme de terre est un compagnon de premier choix dans la lutte contre les vergetures. Ou plutôt son jus... À l'aide d'une centrifugeuse

ou d'un extracteur, récoltez-le et appliquez-le sur les zones du corps concernées. Laissez sécher naturellement et rincez à l'eau froide. Pour des résultats visibles rapidement (un mois après environ), le procédé est à répéter tous les jours, matin et soir.

La carotte, partenaire redoutable contre les vergetures

Si la carotte donne bonne mine (et rend aimable diront certains), la carotte permet également de lutter efficacement et naturellement contre les stries disgracieuses qui parsèment notre corps. Pour cela, vous devez la faire cuire à la vapeur et la transformer en purée une fois qu'elle est tendre. Appliquez-la directement sur les zones concernées lorsqu'elle est encore tiède (attention aux brûlures tout de même...) et laissez-la agir 30

à 45 minutes avant de rincer. Une autre astuce consiste à mixer carotte, betteraves et pêches et, comme avec la pomme de terre, de laisser sécher naturellement avant de rincer à l'eau froide.

Les huiles d'amande et de coco, le duo magique anti-stries

Pour hydrater la peau et la tonifier, faites confiance aux bienfaits des huiles végétales. En particulier celles d'amande et de coco. Mélangez-les à parts égales et, trois fois par semaine, massez de manière circulaire les zones touchées durant une quinzaine de minutes.

Bon à savoir :

Pour prévenir et atténuer les vergetures, la peau doit être parfaitement élastique. Et, pas de secret, l'élasticité s'acquiert et se conserve grâce à l'hydratation des cellules. Matin et soir.



MEDCAMER

PRESENTE

MEDBLOOD

CAMPAGNE DE DON DE **SANG**

PAR LES MÉDECINS DU CAMEROUN
DANS LES BANQUES DE VOTRE COMMUNAUTÉ

DU 08 AU 14 JUIN 2023

+237 678 918 071 / 691 154 041



Se vacciner,

c'est se protéger.