

QUOTIDIEN ÉCHOS SANTÉ

L'information sanitaire à votre portée.

• N° 1212 du jeudi 31 juillet 2025

• Tél. : (+237) 694 81 99 37

• Directeur de publication : Joseph MBENG BOUM

Gestion des urgences de santé publique

Yaoundé Hôte du 5^{ème} Forum International



- ✂ Le Cameroun s'affirme comme un acteur clé dans la gestion des crises sanitaires en accueillant la 5^{ème} édition du Forum International sur la Gestion des Urgences et des Événements de Santé Publique.
- ✂ Cette rencontre de haut niveau est présidée par Manaouda Malachie, Ministre de la Santé Publique et représentant du Premier Ministre.
- ✂ Lancé ce 30 juillet 2025 à Yaoundé, cet événement, articulé autour du thème « Urgences de Santé Publique et Changements Climatiques en Afrique : défis et perspectives », vise à transformer l'approche continentale face aux menaces sanitaires exacerbées par le climat. Pages 6-7

31 juillet – 01 août 2025 : Numéros utiles et pharmacies de garde de Douala et Yaoundé

Bassin du Lac Tchad

Plus de 6000 personnes soignées par la Force multinationale



Dans le cadre de ses actions civilo-militaires, la Force multinationale mixte (FMM), secteur 1, a mené une campagne de soins gratuits dans le département du Mayo-Sava. Page 5

Dr. Miwaina

L'efficacité dans la discrétion

Au cœur de la modernisation du Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua, le nom et la proactivité du docteur Miwaina imposent le respect. A peine un an à la tête de cette structure, elle respire un nouvel air. Page 3



Retrouvez toute l'actu d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



Dr. Miwaina : l'efficacité dans la discrétion

Au cœur de la modernisation du Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua, le nom et la proactivité du docteur Miwaina imposent le respect. A peine un an à la tête de cette structure, elle respire un nouvel air.

Arrivé à la tête du FRPS à un moment où l'institution traversait des moments difficiles, en moins d'un an, il a initié des chantiers qui sont salués à leur juste valeur. Du personnel aux partenaires en passant par les usagers qui fréquentent le fonds, tout le monde s'accorde sur la modernisation qu'il a apportée en si peu de temps pour remettre le fonds sur pied. Cette prouesse, il la doit à ses expériences acquises au niveau national et international. Âgé de 46 ans depuis le 12 Avril 2025, il cumule à ce jour plus de 13 ans d'expériences. Titulaire d'un doctorat en pharmacie soutenu en 2010 à Bamako au Mali sous le thème, Evaluation du système d'approvisionnement et du suivi des achats en médicaments essentiels dans les pharmacies hospitalières du Mali : cas des CHU du Point G et de Kati, docteur Miwaina a roulé sa bosse partout au Cameroun et maîtrise parfaitement le système de santé camerounais, surtout la gestion des approvisionnements pharmaceutiques et des entreprises. Avant de prendre la tête du Fonds régional pour la promotion de la santé de l'Adamaoua, il a été chef service de la pharmacie à l'Hôpital Général de Douala, sortant du Centre médical d'arrondissement de Founangue à Maroua dans la région de l'Extrême-Nord où il a réussi entre 2022 et 2023 à tordre le cou à la vente parallèle des médicaments et surtout l'auto-médication. Pendant ce laps de temps, ceux qui l'ont côtoyé dans cette partie du pays reconnaissent que son management a permis de relever le CMA de ce grand quar-



tier de la ville de Maroua. Ce qui lui a valu la promotion à la tête de l'Hôpital Général de Douala, formation sanitaire de première catégorie dont les faits d'armes vont au-delà du Cameroun.

Dans son parcours, le docteur Miwaina a été coordonnateur régional de la gestion des stocks de médicaments covid-19 dans la région de l'Adamaoua, entre avril 2020 et septembre 2022, plusieurs fois intérimaire dans la gestion des affaires courantes de l'Hôpital régional de Ngaoundéré

pendant qu'il était chef de service de la pharmacie de cette formation sanitaire. Ces exploits, il les doit à sa volonté d'apprendre qui, malgré ses responsabilités. Sur le plan scientifique, c'est une tête bien faite et bien pleine, à en croire ses collaborateurs. Au-delà de ses casquettes d'administrateur, le Dr Miwaina est détenteur d'un Master en Santé Publique, d'un Master professionnel en administration des entreprises, d'un diplôme inter-universitaire en approvisionnements pharmaceutiques dans la lutte contre le VIH, la tubercu-

lose et le paludisme en Afrique Sub-Saharienne et de plusieurs certifications au niveau national et international. Il a à son actif, plusieurs productions scientifiques qui traitent toutes des questions d'approvisionnement et de gestion des pharmacies. Il s'agit notamment des articles intitulés évaluations du système de contrôle interne au service de la pharmacie de l'Hôpital régional de Ngaoundéré, évaluation de l'efficacité du projet User Fees dans la région de l'Adamaoua.

Il détient un savoir-faire avéré en administration des entreprises, gestion des ressources humaines, gestion et suivi-évaluation des projets durables, et dans plusieurs domaines de la santé publique notamment le management des structures de santé, la distribution et vente en gros des produits pharmaceutiques, la pharmacie hospitalière, le laboratoire, la réglementation et l'inspection pharmaceutique, la gestion des approvisionnements pharmaceutiques, et le financement de la santé.

A ce jour, ses collaborateurs et ceux qui fréquentent le Fonds s'accordent sur son efficacité managériale qu'il implémente tant bien que mal sur le terrain. Les lettres de félicitations du ministère de la santé publique et le prix de l'excellence du leadership en santé catégorie Pharmacien en 2023 sont des témoignages de l'esprit de gagne qu'incarne ce pharmacien de renommée internationale.

Jean Besane Mangam

Lumières des écrans

Un danger insoupçonné pour la vue

Le développement rapide du numérique a transformé notre quotidien. Téléviseurs, smartphones, tablettes, ordinateurs... ces écrans omniprésents nous accompagnent du lever au coucher. Enfants, adolescents, adultes, personne n'échappe à cette immersion digitale pourtant ces outils présentent des conséquences sérieuses pour la santé visuelle.

Marcus DARE

Les enfants passent des heures devant la télévision, souvent installée dans leur chambre, sans considération pour la distance de visionnage recommandée. Les adolescents sont rivés à leurs smartphones, les adultes consultent leurs emails et travaillent sur ordinateur pendant de longues heures. Cette exposition massive et prolongée aux écrans, souvent dans des conditions inappropriées c'est-à-dire avec une mauvaise luminosité ambiante, distance insuffisante..., cette exposition prolongée pose un véritable problème de santé publique, notamment en ce qui concerne la santé visuelle. Le personnel médical recommande une distance minimale de deux mètres au moins pour les téléviseurs, distance qui augmente proportionnellement à la taille de l'écran. Cette recommandation pourtant simple est loin d'être respectée dans la majorité des foyers, accentuant les risques liés à l'utilisation des écrans. L'omniprésence des écrans dans nos vies est indéniable, mais son impact sur notre santé visuelle est souvent sous-estimé, voire ignoré jusqu'à l'apparition de troubles significatifs. Les conséquences de cette exposition prolongée aux écrans

sont bien réelles, en témoignage certains. Nestor, ingénieur en télécommunications, décrit des picotements oculaires après une heure de travail sur ordinateur. Mounira, étudiante à l'Université de Garoua, partage le même constat. Odilon, quant à lui, témoigne de larmoiements après des sessions de jeux vidéo prolongées sur la télévision. Ces témoignages, loin d'être isolés, illustrent la réalité vécue par de nombreux jeunes et adultes. Face à ces symptômes, certains optent pour des lunettes protectrices, une solution palliative qui ne traite pas le problème à la source. Le plus inquiétant est que les effets néfastes de la lumière des écrans passent souvent inaperçus jusqu'à ce que des troubles visuels plus importants se manifestent. Cette banalisation du problème est une source de préoccupation importante. Les écrans plats, qu'il s'agisse de téléviseurs, d'ordinateurs ou de smartphones, émettent une lumière dite « lumière bleue ». Cette lumière, composante du spectre lumineux visible, possède une longueur d'onde courte et une forte énergie. C'est cette énergie qui est particulièrement néfaste pour la rétine. Une exposition prolongée à la lumière bleue peut entraîner différents problèmes de santé visuelle, notamment la fatigue oculaire, la dégénérescence maculaire liée à l'âge, la cataracte et les troubles



du sommeil.

Face à ces risques avérés, il est salubre d'adopter des mesures préventives pour protéger sa santé visuelle. Ces mesures dans l'ensemble consistent à limiter le

temps d'écran. Réduire le temps passé devant les écrans est une mesure essentielle. Le respect de la distance de visionnage est recommandé pour chaque type d'écran. Plus l'écran est

grand, plus la distance doit être importante. Adapter la luminosité de l'écran à l'environnement ambiant permet de réduire la fatigue oculaire.

Réactions

« C'est le même risque qu'avec une personne normale, qui, normalement, n'a pas de problème de vision »

Maïwayang Marie Chantal, Infirmière spécialisée en Ophtalmologie

Le danger pour une personne qui se rapproche de l'écran et qui a une fixation prolongée, est exposée à la destruction de lacrymal, la corne peut s'abîmer et ça crée des symptômes comme la sensation d'écran de sable, de picotements. Cet rapprochement de l'écran crée tout cet effet d'accommodation-là qui met généralement mal à l'aise la personne et abîme même le film lacrymal. Donc, il est conseillé, normalement de cligner les paupières plusieurs fois, mais c'est un phénomène n'est pas facile à faire. Parce que le fait de cligner les paupières, ça permet la stabilité du film lacrymal, mais c'est pas facile. C'est pour cela que vivement, il faudrait, normalement faire des pauses devant les écrans, notamment pour ceux qui travaillent sur les ordinateurs. Que ce soit pour des personnes qui sont déjà amétropes, c'est-à-dire que cette personne a déjà des problèmes de vis de réflexion. Vous voyez, les personnes qui viennent, elles sont hypermétropes, elles sont myopes et autres. C'est le même risque qu'avec une personne normale, qui, normalement, n'a pas de problème de vision. Pour ce qui est des mesures préventives, nous recommandons d'utiliser des lunettes. Parce qu'il y a déjà ce qu'on appelle les rayons ultraviolets. Il y'a des lunettes adaptées pour ça. Elles jouent le rôle de protecteur contre les écrans. Il faut également tenir compte des distances à observer devant les écrans et fonction de leurs tailles. Par exemple, se tenir à 1,7 m pour les écrans de 55 pouce, 2m pour 65 pouce ; 2,3 m pour les 75 pouce ; 2,6 m pour les 85 pouce.

Propos recueillis par Marcus DARE



Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Yello Kiosk**
ÉCHOS SANTÉ



Bassin du Lac Tchad

Plus de 6000 personnes soignées par la Force multinationale

Dans le cadre de ses actions civilo-militaires, la Force multinationale mixte (FMM), secteur 1, a mené une campagne de soins gratuits dans le département du Mayo-Sava.

Samuel ADJEWA

Pendant 3 semaines, la force Multinationale Mixte secteur 1 s'est rapprochée des populations à travers les soins de santé. Cette opération de grande envergure a permis de soigner gratuitement plus de 6000 personnes issues de différentes localités du Bassin du Lac Tchad, notamment des zones à forte insécurité comme Doublée, Kourgui, Mora ou encore Amchidé.

Parmi les bénéficiaires, Madi Boukar, un habitant de Doublée, interné au centre Médical Militaire de Mora n'a pas caché sa reconnaissance. « Je souffrais d'une hernie depuis plusieurs années. Grâce à cette campagne, j'ai été consulté, opéré et je bénéficie d'un bon suivi. Tout ça sans déboursier un seul franc. Je remercie sincèrement la Force multinationale pour cette aide qui change nos vies », déclare-t-il avec émotion.

Au-delà des simples consultations médicales, la FMM a aussi distribué des médicaments, assuré des soins spécialisés, et sensibilisé les patients à l'hygiène et aux maladies courantes.



Pour le Colonel Gadyeba Bouba, chef cellule renseignement au secteur 1 de la FMM, cette campagne s'inscrit dans une stratégie globale de rapprochement entre militaires et civils : « Nous nous réjouissons de constater que ces populations, par leur mobilisation massive, ont témoigné de leur attachement au secteur 1 de la Force multinationale, qui les

accompagne depuis déjà un bon moment. Cela démontre clairement qu'un climat de confiance s'est instauré entre elles et les forces de défense, en particulier celles de la Force multinationale. Cette confiance nouvellement renforcée nous sera précieuse. Elle nous permettra d'espérer une plus grande contribution et une meilleure collaboration des

populations dans la lutte que nous menons de manière permanente contre la nébuleuse terroriste. »

Ces consultations gratuites ont concerné aussi bien les enfants que les adultes. Les pathologies les plus fréquentes rencontrées sont le paludisme, les infections respiratoires, les douleurs articulaires, les maladies de la peau

entre autres.

Cette initiative de la Force multinationale mixte, qui regroupe des contingents du Cameroun, du Nigeria, du Tchad et du Niger, est un exemple concret des actions civilo-militaires menées pour redonner espoir aux communautés du Bassin du Lac Tchad, éprouvées par des années de violences terroristes.

Réactions

« Nous avons observé beaucoup de maladies hydriques »

Lieutenant-colonel David Mahot Laplace, chargé des actions civilo-militaires au niveau du secteur 1 de la Force multinationale mixte.

La campagne proprement dite s'est déroulée sur trois semaines. Ce mercredi, qui marque le dernier jour, nous avons atteint le chiffre de 6000 patients consultés. Elle a débuté le 15 juillet dernier et s'est déroulée sans interruption pendant ces trois semaines. Durant cette campagne, nous avons organisé plusieurs types de consultations : des consultations générales, pédiatriques, ophtalmologiques et stomatologiques. Nous avons également une unité de laboratoire pour les bilans de santé, ainsi qu'une pharmacie. À l'issue des consultations, les patients ont été orientés vers les spécialités appropriées. Certains cas ont nécessité une prise en charge

chirurgicale, réalisée par le médecin-chef du secteur 1, le colonel NKezea, au centre médical de la Force multinationale mixte à Mora. Nous avons observé beaucoup de maladies hydriques : choléra, dysenterie, etc. Il y a eu également de nombreux cas d'ophtalmopathies, notamment des cataractes. Chez les enfants, plusieurs souffraient d'infections pulmonaires et de maladies liées à une mauvaise hygiène alimentaire.

Les soins étaient entièrement gratuits. Nous sommes allés directement au cœur des populations afin d'identifier les cas les plus urgents. À la fin de la campagne, les patients nécessitant un suivi ont été

orientés vers le centre médical du secteur 1 de la Force multinationale mixte, où la prise en charge va se poursuivre. Nous tenons d'abord à remercier notre partenaire, l'Union africaine, à l'origine de cette campagne de santé. Concernant les difficultés, elles sont surtout liées à l'accès aux populations : les problèmes logistiques, l'état des routes, etc. Mais comme on le dit souvent, rien n'arrête un militaire. Rien ne peut freiner la manœuvre d'un soldat. Nous allons là où les populations ont besoin de nous, coûte que coûte.

Propos recueillis par Samuel ADJEWA



ÉCHOS SANTÉ

Tél: (+237) 694 819 937 / 672 500 093

Web: www.echosante.info

E-mail: info@echosante.info

Suivez-nous sur :



ACHETER VOTRE JOURNAL SUR

www.boutique.echosante.info

OU SOUSCRIVEZ À UN ABONNEMENT ANNUEL À

50.000 FCFA

ECHOS SANTÉ, INFORMATION SANITAIRE À VOTRE PORTÉE



Lutte contre le paludisme

ISA sensibilise les membres du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun

Un atelier de renforcement des capacités des Imams a été organisé par l'ONG Impact Santé Afrique (ISA) le mercredi 30 juillet 2025 à la mosquée d'Essos à Yaoundé.

Junior NTEPPE KASSI

Il s'agissait d'une dizaine d'Imams et de dignitaires musulmans, membres du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun (CSIC), à prendre part à la toute première session de renforcement des capacités liée à la lutte contre le paludisme organisée le mercredi 30 juillet 2025 à Yaoundé par l'ONG Impact Santé Afrique. Face aux experts du Programme National de Lutte contre le Paludisme (PNLP), invités par le top management d'ISA, ils ont été entretenus sur les enjeux, les défis ainsi que les stratégies liées au changement de comportement à mettre en place pour barrer la voie à cette maladie qui touche abondamment la population en Afrique. « Cet atelier a été très important surtout pour nous les femmes. Nous allons sensibiliser autour de nous sur l'importance de la vaccination



Les différentes parties ressortent satisfaites de cette formation.

dans le cadre de la lutte contre le paludisme, l'usage des moustiquaires, l'hygiène et l'assainissement de notre environnement donc, globalement nous sommes satisfaits. On espère que ce type d'initiative sera multiplié. Il faut que ce type d'activités soit organisée régulièrement », confie

fadimatou Nassourou, vice-présidente de la gence féminine du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun..

Aussi, l'importance du rôle des membres du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun dans la sensibilisation des fidèles en vue de l'adoption des bonnes pratiques favorables à la lutte contre

cette maladie qui désarme la population camerounaise et africaine chaque jour a été fortement évoquée au cours des échanges fructueux qui ont meublé les travaux entre les experts d'ISA/PNLP et les Imams. « Je suis ravi de cette rencontre. Car, nous avons obtenu beaucoup d'informations sur le combat contre le

paludisme et les mesures d'accompagnement sur le plan social pour qu'on puisse véhiculer le message à nos fidèles, dans nos familles et dans nos quartiers. Car, nous devons contribuer à l'éradication de cette maladie qui tue », argumente Cheick Modibo Aliou Garga, président régional du Conseil Islamique Supérieur pour le Centre.

Au sortir de ces travaux, de nombreuses recommandations ont été formulées, notamment la production des affiches dans les formations sanitaires pour préciser le traitement gratuit ou payant pour les enfants âgés de 0 à 5 ans victimes de paludisme. Ceci, afin d'éviter l'arnaque des usagers. En rappel, à peu près 2,16 millions de Camerounais sont décédés du paludisme en 2024. Déterminée, l'ONG Impact Santé Afrique est bien décidée à réduire ces chiffres alarmants grâce aux ateliers de sensibilisation qu'elle multiplie auprès des différentes couches sociales.

Réactions

« C'est un canal par lequel nous devons passer pour diffuser nos messages »

Philomène Zintsem, Chef de l'Unité Communication du Programme National de Lutte contre le Paludisme (PNLD).

« La rencontre avec les Imams et les dignitaires musulmans a été initiée après des études. Des études qui nous ont permis de montrer que les leaders, tant communautaires que religieux, sont des canons qui vont facilement nous permettre d'atteindre nos groupes cibles. Parce qu'ils sont écoutés et parce que les responsables des ménages assistent à leurs prêches. Donc c'est un canal par lequel nous devons passer pour diffuser nos messages. Au cours de notre rencontre, il était d'abord question de leur faire part de la situation de la lutte contre le paludisme au Cameroun à ce jour. Ensuite, nous leur avons présenté des chiffres sur la morbidité liée au paludisme. Et enfin, il fallait leur montrer leur rôle pour la réussite de la stratégie nationale de sensibilisation dans le cadre de cette lutte. Nous avons profité pour leur annoncer la mise à disposition, dans les prochains jours, du nouveau guide de prise en charge des patients touchés du paludisme au sein des formations sanitaires. D'ici le début du mois de septembre, le guide sera acheminé dans toutes les formations sanitaires, qu'elles soient publiques ou privées, parce que nous voulons que la politique de prise en charge soit la même, telle que recommandée par l'OMS ».



« Nous souhaitons que ce type d'initiative se multiplie »

Imam Elhadj Ngapna Mohamed, président national du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun.

« Les gens sont réticents, beaucoup plus quand il s'agit de la vaccination. À partir d'aujourd'hui, nous avons compris qu'on peut se faire vacciner sans avoir de risque de santé. Nous avons aussi acquis le langage approprié pour pouvoir sensibiliser nos fidèles dans nos mosquées respectives. Nous allons mettre l'accent sur la lutte contre le paludisme. Car, il est l'une des principales causes de morts dans nos familles, dans notre société et dans notre communauté. Il faut mettre l'accent sur l'utilisation des moustiquaires imprégnées. Il faut aussi mettre l'accent sur l'hygiène et la salubrité dans nos maisons, et surtout dans notre entourage. Nous disons merci à aux responsables de l'ONG Impact Santé Afrique pour cette rencontre. Nous souhaitons que ce type d'initiative se multiplie. Ceci, afin que les Imams et prédicateurs du Conseil Supérieur Islamique du Cameroun soient véritablement outillés, pour sensibiliser les fidèles dans les mosquées et dans nos écoles coraniques. Nous avons exhorté les Imams à pouvoir prendre ne serait-ce qu'une minute à la fin de l'enseignement du vendredi, pour dire à nos fidèles de se préserver contre le paludisme, en évitant le contact avec les moustiques ».

Propos recueillis par Junior NTEPPE KASSI



Gestion des urgences de santé publique

Yaoundé Hôte du 5^{ème} Forum International

Le Cameroun s'affirme comme un acteur clé dans la gestion des crises sanitaires en accueillant la 5ème édition du Forum International sur la Gestion des Urgences et des Événements de Santé Publique.

Cette rencontre de haut niveau est présidée par Manaouda Malachie, Ministre de la Santé Publique et représentant du Premier Ministre.

Lancé ce 30 juillet 2025 à Yaoundé, cet événement, articulé autour du thème « Urgences de Santé Publique et Changements Climatiques en Afrique : défis et perspectives », vise à transformer l'approche continentale face aux menaces sanitaires exacerbées par le climat.

Elvis Serge NSAA

La dernière décennie a douloureusement mis en évidence la vulnérabilité du Cameroun et de nombreux pays africains face à des urgences sanitaires successives. Inondations, glissements de terrain, et des épidémies récurrentes — choléra, Mpox, coqueluche, diphtérie, fièvres hémorragiques virales, fièvre jaune, rougeole, et la pandémie de COVID-19 — ont lourdement impacté les systèmes de santé et le tissu socio-économique. Face à cette réalité, il est devenu impératif d'engager une réflexion approfondie et de mettre en œuvre des actions concrètes pour renforcer la résilience des systèmes de santé à travers l'Afrique.

Dans cette optique proactive, le Ministère de la Santé Publique (MINSANTE), en étroite collaboration avec d'autres secteurs clés et ses Partenaires Techniques et Financiers (PTF), organise ces rencontres internationales depuis plusieurs années. Les quatre éditions précédentes ont connu un succès retentissant, saluées pour la pertinence de leurs thèmes et la richesse de

leurs échanges. L'introduction du "Mois de la Gestion des Urgences de Santé Publique" lors de la dernière édition a d'ailleurs permis des activités complémentaires, comme le renforcement des capacités en Surveillance Intégrée des Maladies et Riposte (SIMR) et un exercice de simulation sous-régional sur l'épidémie de Mpox.

L'organisation de ce 5ème Forum International contribuera indéniablement au renforcement de la préparation du système de santé camerounais face aux crises. Il favorisera l'adoption d'une approche multisectorielle et multidisciplinaire, essentielle pour une gestion efficace des événements. Le forum s'inscrit dans le cadre du "Mois de la Gestion des Urgences de Santé Publique 2025" et abordera plusieurs sous-thèmes majeurs : Impact du changement climatique sur la santé des populations : Cette thématique explorera les effets directs et indirects du dérèglement climatique sur la santé humaine, animale et environnementale, incluant les crises sociales (santé mentale, migrations, conflits) et la sécurité alimentaire.

Leadership dans la préparation et la réponse et adaptation aux



5ème édition du Forum International sur la Gestion des Urgences et des Événements de Santé Publique, du 30 juillet au 1er août 2025 à Yaoundé.

effets du changement climatique sur la santé : Ce volet abordera les cadres législatifs, réglementaires et institutionnels nécessaires, ainsi que l'importance d'une coordination multisectorielle et multilatérale. La surveillance des maladies (transmissibles ou non) sera également examinée, de même que les considérations éthiques et l'approche genre dans la gestion des aléas climatiques. Rôles de la communauté, de la société civile et du secteur privé : Ce sous-thème mettra en lumière l'importance capitale de

l'engagement communautaire, de la vitalité de la société civile, et de la contribution croissante du secteur privé dans le renforcement de la résilience et des capacités d'adaptation face aux crises sanitaires. L'objectif général de ce mois dédié aux urgences de santé publique est clair : contribuer à une meilleure gestion des urgences et événements de santé publique dans le contexte du changement climatique en Afrique en général, et au Cameroun en particulier.

Ce 5ème Forum International

représente une opportunité unique pour les acteurs de la santé publique, les décideurs politiques, les chercheurs et les partenaires de se réunir, d'échanger des connaissances, de mutualiser les expériences, et de forger des stratégies communes et innovantes. En s'attaquant de front aux défis posés par le changement climatique, le Cameroun et ses partenaires africains réaffirment leur engagement à bâtir des systèmes de santé plus résilients, capables de protéger efficacement leurs populations.

Réactions

« Le Cameroun ouvre le 5e Forum international sur les urgences sanitaires »

Dr Manaouda Malachie, Ministre de la Santé Publique,

Ce Forum nous a réunis pour réfléchir à la majorité des défis de notre époque, notamment la gestion effective des urgences publiques. C'est un sujet très important, non seulement pour le Cameroun, mais aussi pour l'Afrique subsaharienne et le monde entier.

La crise sanitaire actuelle, les changements climatiques, les épidémies et les catastrophes naturelles nous ont enseigné une leçon fondamentale : aucun pays ne peut faire face seule à ces défis. C'est pourquoi nous devons nous unir, soutenir et coordonner nos efforts pour protéger la santé de notre population.

C'est dans cet esprit de solidarité et de détermination que ce Forum national s'ouvre officiellement avec l'espoir d'être un espace pour des discussions, des partages d'expériences et des actions décisives au service de la santé publique. L'Afrique subsaharienne a été confrontée à une augmentation de la fréquence des urgences de santé publique depuis plusieurs années. Notre continent a vécu de nombreuses épidémies mortelles et des crises sanitaires liées aux conflits et aux catastrophes naturelles.

Les chiffres disponibles à ce jour nous informent que plus de la moitié des événements de santé publique recensés en Afrique au cours des deux dernières décennies sont liés à des facteurs climatiques. Entre 2000 et 2021, sur 2121 urgences sanitaires enregistrées dans la région afri-



caine de l'OMS, 56 % étaient dues au climat. Cette tendance semble s'accroître d'autant plus que la dernière analyse disponible indique une augmentation de 25 % d'événements sanitaires d'origine climatique dans la décennie 2011-2021 par rapport à la précédente.

Plus récemment encore, Africa CDC, l'agence de santé publique de l'Union africaine, a tiré la sonnette d'alarme en révélant que le nombre de flambées épidémiques en Afrique est passé de 153 sur la période 2022-2023 à 242 en 2024. Cette escalade sans précédent des urgences sanitaires sur notre continent laisse craindre, même si nous n'agissons pas vite et ensemble, l'émergence d'une nouvelle pandémie en Afrique. Derrière ces statistiques que nous venons de donner, ce sont évidemment des vies humaines et des communautés entières qui sont impactées. À chaque alerte sanitaire, nous mesurons la fragilité de nos systèmes et l'ampleur des dégâts potentiels. Nous avons donc en mémoire les tragédies causées par ces épidémies, mais aussi la charge que représentent ces crises, plus silencieuses d'ailleurs, comme la malnutrition et l'interruption de soins lors des catastrophes. L'Afrique subsaharienne en particulier cumule des facteurs de vulnérabilité en termes de densité de population élevée dans certaines zones, des structures sanitaires parfois insuffisantes, des zones enclavées difficiles d'accès, sans oublier les défis socio-économiques qui aggravent la résilience des populations.

L'Afrique, continent le plus vulnérable aux dérèglements du climat, subit de plein fouet des phénomènes météorologiques extrêmes qui mettent en péril des millions

de vies. Sécheresses prolongées, inondations dévastatrices, tempêtes violentes et autres aléas climatiques n'épargnent plus aucune région.

Faut-il le rappeler, bien que l'Afrique ne soit responsable que d'environ 4% des émissions mondiales de gaz à effet de serre, elle en paie, comme nous le constatons, le plus fort tribut. Les épisodes de sécheresse, les pluies imprévisibles perturbent gravement les moyens de subsistance de nos communautés agricoles, entraînant de faibles rendements et la perte de nos récoltes. En raison de ces changements, l'insécurité alimentaire a atteint des proportions inquiétantes.

En 2023, on estimait déjà que 67,67 millions de personnes en Afrique de l'Est souffraient de la faim et 47,2 millions en Afrique de l'Ouest et Centrale vivaient une période de disette. Les conséquences en cascade sur la santé publique sont bien visibles. La malnutrition rend nos enfants et nos populations plus vulnérables aux maladies. Les maladies hydriques explosent lorsque les inondations contaminent les sources d'eau, le peu de sources d'eau que nous avons, et l'OMS nous affirme que les maladies d'origine hydrique ont représenté 40% des urgences sanitaires liées au climat dans notre région au cours des 20 dernières années.

Par exemple, les maladies à transmission vectorielle gagnent du terrain en raison de la prolifération dans les zones les plus chaudes du pays, tout ce qui favorise la transmission du paludisme, de la fièvre dengue ou de la fièvre jaune. Ces maladies vectorielles ont compté pour 28% des urgences sanitaires climatiques sur notre continent. Si la température mondiale venait à dépasser les 2°C, des millions de personnes supplémentaires seraient exposées à ces maladies à transmission vectorielle d'ici la moitié du siècle. Il s'agit là d'un sombre scénario que nous devons absolument éviter. Face à ces constats, je tiens à rappeler que la crise climatique et la crise sanitaire sont en fait dangereusement liées.

L'urgence climatique est aussi l'urgence de santé pour tous. Chaque inondation, chaque cyclone qui frappe notre pays est capable d'entraîner son cortège de maladies et de souffrances. Nous devons donc intégrer la variable climatique dans toutes nos stratégies de santé.

Nous devons en tenir compte dans nos conclusions. Renforcer la résilience climatique de nos systèmes de santé n'est plus une option, mais c'est devenu un impératif catégorique pour l'Afrique. Face à l'augmentation et la complexification des urgences sanitaires exacerbées par le climat entre autres facteurs, il est évident que nos systèmes de santé doivent évoluer en profondeur.

Il nous faut des systèmes de santé résilients, capables d'absorber les chocs, de continuer à fonctionner en temps de crise et de s'adapter rapidement à des menaces nouvelles ou inattendues. Cela suppose que nous devons anticiper les risques en identifiant en amont les vulnérabilités de nos structures sanitaires, les zones géographiques les plus exposées, les populations les plus fragiles, afin de pouvoir prendre des mesures préventives, afin d'anticiper. La résilience, c'est aussi former et équiper nos personnels de santé, véritables soldats en première ligne lors des urgences

de santé publique.

Ils doivent être bien formés aux protocoles de gestion des épidémies, entraînés à la prise en charge rapide des victimes de catastrophes et correctement protégés pour ne pas être eux-mêmes des victimes. Nous devons investir dans la formation continue, les exercices de simulation et l'amélioration des conditions de travail de ces héros du quotidien. Un système de santé n'est fort que par la force de celles et ceux qui le portent, et nous le savons tous.

Par ailleurs, renforcer nos systèmes signifie intégrer l'approche "One Health" (une seule santé), de manière systématique. Les trois dimensions : santé humaine, santé animale et santé environnementale sont interdépendantes. Les épidémies d'origine zoonotique nous le rappellent suffisamment.

La lutte contre une maladie comme la fièvre de la vallée du Rift ou la grippe aviaire, la prévention de maladies émergentes passe par une collaboration étroite entre vétérinaires, biologistes, écologistes et soignants. Au Cameroun, nous avons fait notre cette approche intégrée et le Centre de coordination des opérations d'urgence en santé publique que nous avons mis en place fédère ainsi plusieurs secteurs pour la veille et la réponse aux épidémies. Je voudrais donc mettre l'emphasis sur la multisectorialité et la transversalité des actions à entreprendre dans le cadre de la gestion des urgences.

Les initiatives nationales requièrent une collaboration étroite entre toutes les parties prenantes. Mobiliser les ministères de l'environnement, de l'agriculture, de l'élevage, de l'eau et bien sûr le ministère de la santé publique de concert avec les collectivités locales et la société civile est indispensable pour prévenir efficacement les urgences de santé publique. Enfin, un système de santé résilient doit être ancré au plus près des communautés. La santé communautaire est donc un maillon essentiel car en cas de crise, ce sont souvent les communautés locales qui réagissent le plus vite.

Nous devons donc impliquer les leaders communautaires, les ONG locales, les volontaires afin de créer un véritable réseau de sentinelles et de répondeurs partout sur le territoire. Une population bien formée, bien informée, préparée aux bons réflexes en situation d'urgence, c'est-à-dire que faire en cas d'épidémie de choléra, comment évacuer en cas d'alerte d'inondation, etc., est une population plus résiliente.

Et vous aurez compris que la résilience est donc l'affaire de tout le monde, de toutes les couches, de toutes les populations. C'est une leçon que nous avons apprise et parfois durement, c'est que les urgences sanitaires ne tiennent pas compte des frontières administratives que nous avons posées. Un virus, vous le savez tous, ne présente aucun passeport lorsqu'il voyage d'un pays à l'autre.

Une catastrophe naturelle peut frapper simultanément plusieurs nations voisines. Et je pense, mon frère, le ministre d'État algérien vient de le dire tout à l'heure. Et dès lors, la coopération régionale et internationale s'impose comme la seule voie pour apporter des réponses efficaces et coordonnées à ces situations.

Cette coopération qui a déjà fait ses

preuves dans notre contexte africain doit non seulement se poursuivre mais s'intensifier et se structurer davantage pour plus de résultats. Il est encourageant de noter qu'Africa CDC a lancé un ambitieux programme régional visant à renforcer la coordination de la gestion des épidémies et autres urgences sanitaires dans plus de 90% des pays africains. En d'autres termes, l'objectif est que chaque pays du continent dispose d'un plan national de réponse aligné sur un cadre régional commun afin que nos actions soient complémentaires et synchronisées.

Cela passe par le partage des ressources en cas de crise, notamment l'information et le cas échéant, pourquoi pas, les ressources humaines, parce que nous avons expérimenté ces cas-là. La coopération internationale au-delà du continent est tout aussi vitale. Les partenaires techniques et financiers ont un rôle irremplaçable de soutien à jouer.

C'est pourquoi je voudrais saisir cette occasion pour remercier nos partenaires pour l'appui multiforme qu'ils apportent au Cameroun et aux pays africains en général, aussi bien en termes de matériel, de transfert de technologies, de renforcement de capacités que de financement innovant. Cette solidarité internationale a permis d'avancer nos tâches. Toutefois, nous sommes conscients que les ressources mondiales sont en ce moment sous pression et que chaque pays doit aussi faire sa part en investissant davantage dans sa propre sécurité sanitaire.

J'en appelle donc à une responsabilité partagée. Que les pays donateurs maintiennent et si possible accroissent leur aide à la préparation et à la réponse aux urgences en Afrique et que parallèlement nos gouvernements nationaux augmentent la part de leurs budgets alloués à la santé et notamment à la santé publique et à la prévention. Évidemment, le secteur privé, je le dis très souvent, a un rôle prépondérant à jouer dans cette mobilisation des ressources domestiques pour le financement de la santé.

Permettez-moi donc de souligner que la coopération ne doit pas se limiter aux gouvernements et aux institutions. Elle passe également par le partage des connaissances scientifiques et des leçons apprises. Un forum comme celui qui nous réunit aujourd'hui est précisément l'occasion d'échanger sur les bonnes pratiques, sur ce qui a fonctionné ou non dans la gestion de telle ou telle urgence.

Et la chance est que nous sortons de l'urgence de la Covid-19. Nous devons donc partager nos meilleures expériences, nos meilleures pratiques sur la question. La recherche et l'innovation doivent être encouragées à l'échelle régionale dans nos universités, nos centres de recherche qui se doivent de collaborer entre eux ainsi qu'avec les institutions du Nord pour développer des solutions adaptées à nos réalités locales.

Enfin, la diplomatie sanitaire doit être renforcée. Il faut développer l'art de collaborer, l'art de négocier entre nations pour la santé, l'interdépendance entre nos États, car la santé plus que jamais est un bien public, pas local, pas national, mais mondial. Excellences et chers invités, mesdames, messieurs, au moment où je m'apprête à conclure mon propos, je vous ai porté un message qui se veut à la fois un message

solennel, mais un message plein d'espoir. Solennel car nous mesurons l'ampleur des enjeux. Il en va de la vie de millions, que dis-je, des milliards de personnes et de l'avenir sanitaire de notre continent, l'Afrique. Mais plein d'espoir aussi, car jamais nous n'avons été autant outillés pour relever ces défis.

Nous disposons aujourd'hui du savoir, de l'expérience des crises passées, des technologies nouvelles, et surtout d'une volonté collective sans faille pour agir. Je lance donc un appel vibrant à l'action collective. Que ce forum ne soit pas un de plus, dont les résolutions resteront lettres mortes.

Faisons-en donc au contraire un tournant décisif de notre histoire, de l'histoire de nos visions de santé publique. J'invite chaque délégation ici présente, chaque responsable, chaque partenaire à prendre des engagements concrets avant la clôture de nos travaux. Des engagements qui pourront être suivis des faits et évalués, peu importe la nature de l'engagement, pourvu qu'il soit pragmatique, qu'il soit mesurable et orienté vers l'action, oui, vers l'action.

Il faut agir pour les urgences de santé publique, il faut agir pour nos pays, il faut agir pour le continent africain. Le Cameroun, pour sa part, entend assurer un suivi rigoureux des recommandations qui sortiront de ce forum. Le ministère de la Santé publique, comme vous le savez, travaillera d'arrache-pied en collaboration avec les autres ministères et nos partenaires pour traduire en action les propositions formulées ici.

Je me ferai singulièrement le devoir de rapporter fidèlement à la plus haute autorité de notre pays, Son Excellence Paul Biya, président de la République, chef de l'État, les conclusions de nos échanges, conscient de son soutien indéfectible et de sa vision éclairée en matière de santé publique. Le chef de l'État, Son Excellence Paul Biya, attache, comme vous le savez, une importance capitale à la protection de nos populations et n'a de cesse, depuis le début de son magistère, de promouvoir des initiatives en faveur d'un Cameroun en bonne santé, un Cameroun fort, un Cameroun résilient. L'histoire nous observe, les générations futures nous demanderont ce que nous avons fait en 2025 pour préparer un monde plus sûr face aux épidémies et aux catastrophes.

Nous n'avons pas le droit de les décevoir, vous le savez tous, nous n'avons pas le droit à l'inaction. Ensemble, main dans la main, pays africains, pays amis, institutions internationales, communautés locales, nous devons conjurer les menaces qui pèsent sur la santé de nos populations, de nos personnes, de notre santé. Ensemble, nous bâtirons un avenir où, lorsqu'une urgence de santé survient, elle est immédiatement jugulée.

Aucune épidémie ne se transformera plus en tragédie humaine parce que nous aurons su investir à temps, parce que nous serons ensemble, nous allons coopérer efficacement et nous agirons avec compassion et professionnalisme. Nous avons les possibilités de le faire et nous sommes outillés pour le faire. Nous devons donc le faire.

Propos recueillis par Elvis Serge NSAA

Suivi sanitaire du porc au Cameroun

Une nécessité pour la sécurité alimentaire

Au Cameroun, le secteur porcin joue un rôle important dans l'économie, avec une production estimée à 48 560 tonnes de viande de porc. Le marché du porc est évalué à 231 milliards de FCFA en 2024, avec une projection de croissance annuelle de 9 %. Toutefois, les questions liées aux mesures sanitaires prises avant la consommation de cette viande restent préoccupantes.

Junior NTEPPE KASSI

Le porc est l'une des viandes les plus consommées au Cameroun. On retrouve cette viande dans tous les marchés du pays, au grand bonheur des consommateurs. Toutefois, la principale question qui demeure est la problématique autour du suivi sanitaire de cet animal mis en vente dès sa naissance jusqu'à sa commercialisation.

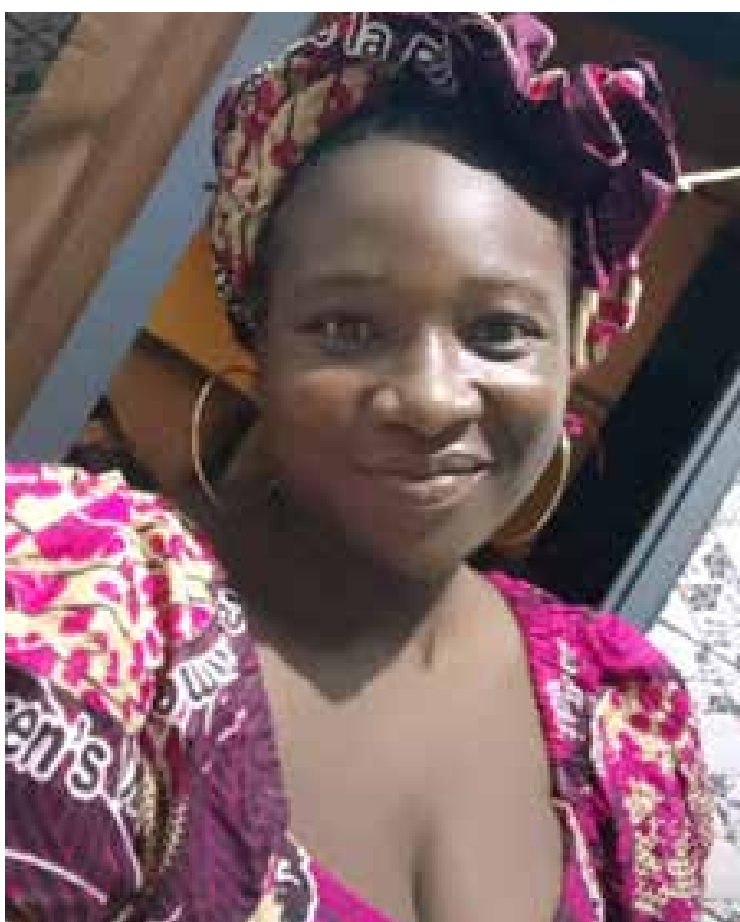
Dans ce sens, le Dr Lafortune Ngo Pem, cadre à la Direction des Services vétérinaires du Cameroun, déclare : « Pour un bon suivi médical du porc, la période de lactation se fait généralement de 0 à 2 mois après la naissance. Ainsi, il subit des injections de fer à trois jours, sept jours et 21 jours, question de prévenir l'anémie. Une surveillance minutieuse de son poids et de sa tétée est assurée par le vétérinaire. Son sevrage intervient généralement vers le deuxième mois. Il subit un déparasitage interne et externe permanent. Puis, il est vacciné contre le rouget. Sa croissance hebdomadaire doit être surveillée. Le tout accompagné d'un contrôle mensuel du vétérinaire qui assure la vaccination de rappel ».

A la question de savoir : comment le porc est malade, le Dr Lafortune Ngo Pem répond : « les signes de maladie se manifestent par la perte d'appétit, l'isolement, la respiration rapide, la toux, la diarrhée, les vomissements, la boiterie ou encore la fièvre ». Pour y remédier, elle propose : d'isoler immédiatement l'animal, désinfecter l'environnement, veiller à ce qu'un vétérinaire fasse le diagnostic et prescrive un traitement immédiatement et surtout de ne pas abattre le porc pour la consommation ».

La croissance, une



L'élevage du porc est de plus en plus répandu au Cameroun.



Dr Lafortune Ngo Pem, vétérinaire.

phase primordiale dans l'élevage du porc

Pour une bonne croissance, le porc a besoin d'une bonne alimentation. « Chez le porcelet,

il s'alimente généralement au maternel + pré- starter riche en protéines. Durant la phase post-sevrage, il doit lui être donné des aliments concentrés contenant

entre 18 et 20 % de protéines, des vitamines et des minéraux. Pendant sa phase d'engraissement qui se situe généralement lorsqu'il a 3 à 6 mois, il doit consommer 14 à 16 % de protéines ainsi que des fibres digestibles et surtout beaucoup d'eau propre. Il faut éviter de lui donner les déchets fermentés ou mal stockés », précise Dr Lafortune Ngo Mpem.

Parlant des maladies les plus fréquemment rencontrées chez les cochons, on peut citer : La peste porcine africaine qui entraîne une mort rapide si l'animal n'est pas vite mis sous traitement ; Il y a également le Rouget du porc particulièrement au Cameroun. Son vaccin permet de mettre une emphase sur l'hygiène et la désinfection ; il y existe également la Brucellose, leptospiros. Une fois dépisté, il faut éviter tout contact du rongeur avec les eaux stagnantes.

La conservation du porc demeure une préoccupation. Durant les périodes festives, les porcs sont abattus en masse. Mais, la question de la conservation demeure. A ce niveau, le Dr Lafortune Ngo Pem recommande : « l'abattage dans des conditions

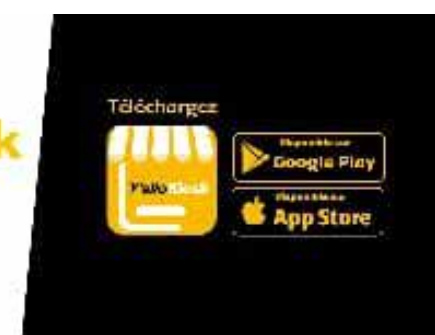
hygiéniques, refroidir immédiatement à 4 °C., Conserver la viande au réfrigérateur pendant maximum 4 jours ou congélation à -18 °C, faire des paquets sous vide pour une meilleure durée et surtout, ne jamais laisser la viande à une température ambiante.

S'adressant aux personnes qui aimeraient se lancer dans l'élevage porcin, la vétérinaire conseille : « de démarrer petit avec des animaux sains bénéficiant d'un certificat vétérinaire. Amener des bâtiments bien ventilés, secs et propres ; respecter le plan de vaccination et de déparasitage établi avec le vétérinaire ; Donner un repas équilibré et une eau propre à l'animal ; s'équiper de protections (gants, bottes, lavage des mains) ; Limiter les visiteurs et éviter les mélanges d'animaux non connus. Enfin suivre une formation si possible avant de se lancer ».

En rappel, au Cameroun, les régions du Nord et de l'Ouest sont des bassins de production important, avec des porcs acheminés vers Yaoundé et Douala, notamment pour la consommation locale.

Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



**LISEZ ET FAITES LIRE LE QUOTIDIEN ECHOS SANTÉ,
LA RÉFÉRENCE EN MATIÈRE D'INFORMATIONS SANITAIRES
SITE WEB : WWW.ECHOSANTE.INFO**

Huile de neem

Une solution pour la médecine traditionnelle

Utilisée depuis des générations, l'huile de neem produite artisanalement dans l'Extrême-Nord du Cameroun séduit par ses nombreuses vertus thérapeutiques. De la cueillette des graines à la transformation, puis la consommation, le processus demeure important.

Samuel ADJEWA

Dans plusieurs villages du département du Diamaré, région de l'Extrême-Nord, l'huile de neem n'est pas seulement un produit artisanal. C'est un véritable remède familial. Extraite des graines de l'arbre de neem, cette huile occupe une place de choix dans la pharmacopée traditionnelle. La transformation de l'huile de neem suit un procédé précis. Tout commence par la collecte des graines mûres tombées de l'arbre. Ces graines sont ensuite trempées dans l'eau pendant deux à trois jours afin de faciliter l'extraction. Vient ensuite le séchage au soleil, qui peut durer jusqu'à une semaine selon les conditions climatiques. Une fois bien sèches, les graines sont écrasées manuellement ou à l'aide d'un moulin traditionnel. L'huile en est extraite, souvent à chaud, puis conservée dans des bouteilles hermétiques.

Fadimatou Hapsi, productrice à Maroua : « C'est un travail qui demande de la patience, mais qui nous aide beaucoup. Nous utilisons cette huile à la maison pour traiter les maux de ventre. Une cuillère matin, midi et soir suffit souvent à calmer les douleurs. On l'applique aussi sur la peau des bébés pour soigner les rouges fesses et même contre les boutons ou les piqûres d'insectes. »

Au-delà de ses usages domestiques, l'huile de neem est aussi prisée pour ses propriétés antibactériennes, antifongiques et anti-inflammatoires. En médecine traditionnelle, elle est couramment utilisée pour soulager les douleurs musculaires, les démangeaisons ou encore certaines infections cutanées.

Dans des zones où l'accès aux soins reste parfois limité, l'huile de neem représente une solution accessible et peu coûteuse. Sa production locale génère également une activité économique importante pour de nombreuses femmes rurales, qui s'organisent



Huile neeme embouteillée

en groupements pour la fabrication et la commercialisation du produit.

Cependant, les productrices, comme Fadimatou Hapsi, ap-

pellent à plus de soutien technique et logistique. « Si on avait des machines pour presser les graines et conditionner l'huile, on pourrait produire davantage

et en meilleure qualité », déplore-t-elle.

Réactions

« L'huile est importante pour la santé »

Dr Yaya Marafa Roukayatou, nutritionniste

L'huile de neem est une véritable alliée pour la peau, les cheveux et même pour le jardin, grâce à ses composants actifs tels que l'azadirachtine, la vitamine E, les acides gras essentiels et les acides aminés. Elle est particulièrement efficace pour les peaux à problèmes comme l'acné, l'eczéma ou le psoriasis, en raison de ses actions purifiantes, antibactériennes et antifongiques. Elle aide à réguler l'excès de sébum et à favoriser la cicatrisation. Riche en acides gras, elle adoucit, nourrit et hydrate la peau en profondeur, tout en maintenant son équilibre et sa souplesse. Elle soulage également les démangeaisons et les irritations cutanées, y compris celles du cuir chevelu, grâce à ses propriétés anti-inflammatoires. Elle stimule le renouvel-

lement cellulaire et aide à lutter contre les signes du vieillissement cutané. Son action répulsive en fait un excellent allié contre les insectes, les poux et autres parasites, tant pour l'homme que pour les animaux et les plantes. Grâce à la vitamine E, elle protège aussi la peau des radicaux libres et du stress oxydatif. Toutefois, malgré ses nombreux bienfaits, l'huile de neem doit être utilisée avec prudence. Elle possède une odeur très prononcée, souvent décrite comme soufrée ou alliée, ce qui peut gêner certains utilisateurs. Elle peut également provoquer des irritations ou des réactions allergiques chez les personnes sensibles, d'où la nécessité de faire un test cutané préalable. L'ingestion d'huile de neem est fortement déconseillée, surtout

à fortes doses ou sur de longues périodes, car elle peut être toxique, entraînant des troubles digestifs et, dans les cas les plus graves, des effets neurologiques ou des atteintes au foie et aux reins. Elle est aussi contre-indiquée chez les jeunes enfants, les femmes enceintes ou allaitantes, en raison de ses effets laxatifs et hormonaux potentiels. Enfin, bien qu'elle soit moins nocive que les insecticides chimiques pour les abeilles adultes, l'azadirachtine qu'elle contient peut être toxique pour certains insectes pollinisateurs comme les bourdons et pour d'autres organismes aquatiques.

Propos recueillis par Samuel ADJEWA



Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **Y'elloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



**LISEZ ET FAITES LIRE LE QUOTIDIEN ECHOS SANTÉ,
LA RÉFÉRENCE EN MATIÈRE D'INFORMATIONS SANITAIRES
SITE WEB : WWW.ECHOSANTE.INFO**

Alimentation et alopécie progressive

Quand l'assiette fait tomber les cheveux

Communément appelé chutes de cheveux, l'alopécie est un phénomène récurrent surtout chez les femmes, et avec des origines multifactorielles telles que le stress, la fatigue, les carences nutritionnelles, ou encore une alimentation déséquilibrée.

Charone DONGMO

La chute des cheveux, appelée alopécie, peut être liée à de nombreuses causes, mais l'une des plus sous-estimées, c'est l'alimentation. Un régime trop pauvre, des troubles alimentaires, ou certaines maladies chroniques peuvent créer un déséquilibre nutritionnel qui affecte directement la santé capillaire. « Sur le plan nutritionnel, il y a principalement les carences, comme les carences en protéines, parce que les protéines permettent à l'organisme de synthétiser ce qu'on appelle la kératine. La kératine, c'est une protéine de l'organisme qui permet aux cheveux de tenir. Entre autres, tu as des déficits en certains micronutriments comme le fer, la vitamine D, ou le zinc. », explique Lavoisier Dylan KENFACK, nutritionniste diplômé de l'Institut Supérieure des Sciences Biologiques et Appliquées (ISSBA). Parlant de la carence en fer, elle peut être à l'origine d'alopécie dans la mesure où c'est un nutriment essentiel à la fabrica-

tion de l'hémoglobine, une molécule qui permet aux globules rouges de transporter l'oxygène dans tout le corps, y compris jusqu'aux racines des cheveux ; c'est du moins ce qu'affirme le nutritionniste. En d'autres termes, le cuir chevelu est mal oxygéné lorsque le corps manque de fer, résultat les cheveux tombent plus facilement et mettent plus de temps à repousser.

Les maladies qui favorisent grandement l'alopécie sont de plusieurs ordres : « le rachitisme chez l'enfant et l'ostéomalacie chez l'adulte, tout deux causés par une carence en vitamine D. La carence en zinc pour sa part, est aussi impliquée dans la perte de cheveux, mais elle est moins évidente à diagnostiquer car elle n'a pas de nomination spécifique. Dans ces cas-là la déficience nutritionnelle peut réellement entraîner une chute de cheveux. », assure Dylan KENFACK.

Pour éviter toute exposition à ce phénomène, le diététicien/nutritionniste conseille une alimentation saine, variée et équilibrée en consommant des aliments



de tout les groupes d'aliments, tels que les légumes, les fruits, le poisson riche en protéines et en vitamine D, les crustacés

riches en zinc, ainsi qu'un ensemble de produits laitiers.

Optez pour une gestion efficace de vos patients

Avec BooWem, suivre ses patients n'a jamais été aussi simple !

Suivez-nous



BooWem

Contacts:

677 39 46 99

<https://boowem.net/>

Nsimeyong 3, Yaoundé- Cameroun



Trouble musculo-squelettique

Un handicap pour la performance des athlètes

Ces troubles, qui touchent les muscles, tendons, articulations et nerfs, peuvent entraîner des douleurs, des restrictions de mouvement, et, dans les cas graves, une invalidité permanente.

Junior NTEPPE KASSI

Causé par des mouvements répétitifs et une douleur excessive, les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont courants chez les athlètes. Ils peuvent avoir des impacts significatifs sur les sportifs de haut niveau, affectant leur performance, leur carrière et leur qualité de vie. Ces troubles, qui touchent les muscles, tendons, articulations et nerfs, peuvent entraîner des douleurs, des restrictions de mouvement, et dans les cas graves, une invalidité permanente. Ils se manifestent notamment par la diminution des performances. Car, ils peuvent altérer la force, la souplesse, l'endurance et la coordination. Ce qui réduit la capacité du sportif à performer à son meilleur niveau. Les troubles musculo-squelettiques constituent également des risques de blessure. Car, ils affaiblissent les tissus et augmentent le risque de blessures plus graves, telles que les déchirures musculaires, les tendinites, les entorses et les fractures.

Aussi, ils peuvent entraîner l'abandon de la carrière, les difficultés psychologiques et peuvent même avoir un impact sur la qualité de la vie de l'athlète. Les entraînements réguliers et intensifs peuvent surcharger les muscles et les articulations, augmentant ainsi le risque de TMS. Les mauvaises postures et techniques, et le manque de récupération, ne sont pas en reste. Pour éviter ces troubles, l'athlète doit avoir un suivi médical permanent lors des entraînements et même hors des entraînements, ainsi que pendant les matchs de compétition. En conclusion, les TMS représentent une menace sérieuse pour les sportifs de haut niveau. Ils peuvent considérablement entraver la performance sportive, mais une approche préventive et une prise en charge appropriée peuvent minimiser leur impact et permettre aux athlètes de maintenir leur niveau de performance et de profiter de leur sport. Une approche préventive, comprenant des entraînements adaptés, une bonne hygiène de vie et un suivi médical régulier, est essentielle pour minimiser les risques et préserver la carrière et la santé du sportif.



Réactions

« Il faut avoir des muscles forts »

Cabrel Goupayou Lienou, Kinésithérapeute.

« Le trouble musculo-squelettique, c'est le trouble généralement qui suit chez un être vivant et qui l'empêche de se mouvoir normalement parce que la mobilité provient des muscles. Lorsqu'un muscle est défectueux, la personne en question ne peut plus se mouvoir. Chez un athlète, cela peut s'agir quand le muscle est surmené. Les troubles musculo-squelettiques chez les athlètes généralement, c'est les crampes, les contractures, les élongations, les claquages et les déchirures. Ce sont les principaux troubles musculo-squelettiques chez les athlètes. Pour traiter ces troubles, il faut être méticuleux. Par exemple, les crampes sont des troubles qui sont

généralement traités en quelques minutes, voire quelques heures. Les crampes sont vraiment sévères. Les contractures peuvent être traitées en deux ou trois jours. Elles prennent plus de temps parce qu'il y a des contractures qui peuvent être traitées même pendant près de deux semaines. Maintenant, plus le trouble est grave, plus le traitement prendra longtemps. Par exemple, pour une déchirure, le traitement d'une déchirure peut aller, même si sinon on voit plus si le patient n'est pas vraiment pris en charge. S'agissant des mesures à prendre pour éviter ces troubles, la première mesure, c'est de beaucoup s'hydrater



lors de l'activité physique. C'est vraiment la première mesure, parce que de nombreux athlètes ne s'hydratent

pas assez. La deuxième mesure, c'est la récupération après l'entraînement. Il faut vraiment récupérer après l'entraînement, récupérer de nourrir le muscle et de le régénérer après qu'il ait été fatigué. Maintenant, la troisième mesure, c'est de renforcer les muscles. Il y a des sciences de renforcement qui permettent de renforcer des muscles plus forts. Si le muscle n'est pas fort, même si vous êtes un athlète, pour moi, avec des muscles faibles, vos muscles vont lâcher, ce n'est que normal. On va avoir quelques moyens de prouver ça ».

Propos recueillis par Junior NTEPPE KASSI



Retrouvez toute l'actu
d'Échos Santé sur **YelloKiosk**

ÉCHOS SANTÉ



Mpox en Guinée

L'ANSS déplore un décès hospitalier supplémentaire

En date du 26 juillet dernier, 381 cas ont été confirmés, dont 28 nouveaux cas au cours de ces dernières 24 heures.

Charone DONGMO/Ledjely/RFI

En Guinée, la situation épidémiologique continue d'évoluer. Selon un rapport publié par l'Agence nationale de sécurité sanitaire (ANSS) samedi dernier, 127 malades ont été déclarées guéries parmi les personnes souffrant du mpox, avec 7 nouvelles rémissions enregistrées. Ce 30 juillet, 118 cas restent tout de même actifs et font l'objet d'un suivi rigoureux par les équipes médicales déployées sur le terrain. L'agence insiste grandement sur l'importance du respect strict des mesures d'hygiène, du port du masque, mais aussi du lavage régulier des mains et de la distanciation physique.

L'analyse approfondie des données recueillies sur le terrain font état d'une répartition inégale des infections selon le sexe ; soit 69% des cas concernant des hommes, contre 31% pour les femmes. L'épidémie désormais considérée comme une urgence de santé publique, accompagnée d'inquiétudes concernant une pro-



Augmentation des cas de mpox en Guinée

pagation transfrontalière en raison de la connectivité régionale, l'Agence nationale de sécurité sanitaire (ANSS) n'a pas tardé à mettre sur pieds un ensemble de mesures en réponse à cette crise sanitaire. Ces mesures incluent

une surveillance accrue, un suivi des contacts et un plan national de préparation, soutenu pour le plus grand dam des populations par l'Organisation mondiale de la santé.

Apparenté à la variole du singe, le virus se transmet principale-

ment par contact physique étroit avec une personne porteuse des germes de la maladie. La maladie se manifeste habituellement à travers des symptômes visibles tels que la fièvre, des douleurs musculaires, et des lésions cutanées en forme de cloques. Rap-

pelons que le premier cas était une fillette âgée de sept ans de la préfecture de Macenta, au sud-ouest de la Guinée. Et jusqu'à ce jour, on déplore un décès parmi le nombre total de malades.

Epidémie de Rougeole à Cuanza Sul

L'Angola en Alerte

L'on compte un total de 23 enfants hospitalisés actuellement à l'hôpital pédiatrique de Sumbe, avec une moyenne de huit nouvelles admissions par jour.

Charone DONGMO/OMS

Plus tard que la semaine dernière, l'unité de l'hôpital pédiatrique de Sumbe en Angola a traité jusqu'à 40 cas simultanément. 264 cas suspects de rougeole ont été signalés à ce jour selon les autorités sanitaires qui suivent de très près la situation. Ils sont répartis dans 16 des 24 municipalités de la province de Cuanza Sul. Les cas vont de 4 mois à 35 ans, et la tranche d'âge la plus touchée est celles des enfants de 1 ans à moins de 5 ans, notamment les nourrissons non vaccinés, les enfants d'âge scolaire ainsi que les jeunes adultes.

Des perquisitions à domicile et dans les unités de santé sont menées activement par les équipes de surveillance épidémiologique dans l'optique de contenir la propagation de la maladie. La méthode adoptée consiste à prélever des échantillons pour des analyses de laboratoire en rem-



L'Angola en Alerte à cause d'une épidémie de rougeole

plissant des formulaires d'enquête. Un blocus vaccinal est par ailleurs en cours, mobilisant ainsi professionnels de santé, travailleurs communautaires et respon-

sables locaux, qui sont chargés de sensibiliser activement les familles en proposant le vaccin directement dans les communautés où des cas ont été identifiés.

« La rougeole constitue une menace sérieuse pour la santé des enfants et des adultes, mais elle peut être contenue grâce à une vaccination efficace, une surveillance active et une forte mobilisation communautaire. Nous travaillons main-dans la main avec les autorités locales pour enrayer cette chaîne de transmission », a déclaré le docteur Manuel Muixi, spécialiste de l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

Aussi, entre le soutien technique et logistique de l'Organisation mondiale de la santé, le ministère angolais de la santé et le Programme élargi de vaccination (PAV) qui intensifient grandement leurs efforts, le nombre de nouvelles infections devrait commencer à diminuer dans les prochains jours.

**LISEZ ET FAITES LIRE LE QUOTIDIEN ECHOS SANTÉ,
LA RÉFÉRENCE EN MATIÈRE D'INFORMATIONS SANITAIRES
SITE WEB : WWW.ECHOSANTE.INFO**

Agenda des rendez-vous scientifiques

Date et lieu : 6 et 7 août 2025 derrière la pharmacie du stade Omnisport à Yaoundé.

La Société Camerounaise de Médecine Périnatale organise la Semaine Mondiale de l’Allaitement Maternel, édition 2025.

Au programme, une MasterClass sur l’allaitement animée par des professionnels de la communication, un recyclage des professionnels de la santé sur le conseil et la gestion de la lactation, ainsi qu’une tétée géante réunissant des mamans allaitant des nourrissons de moins de 6 mois.

Contact : Dr EPEE NGOUE Jean, 699 85 26 15.

Date et lieu : Du 30 juillet au 2 août 2025, l’hôtel La Falaise de Bonanjo à Douala

11^e Congrès de la Société Africaine de Pneumologie de Langue Française (SAPLF) couplé au 5^e Congrès de la Société Camerounaise de Pneumologie (SCP).

Ce rendez-vous médical rassemblera des pneumologues, chercheurs, professionnels de santé et partenaires venus d’Afrique et d’ailleurs, autour des grands enjeux actuels de la pneumologie.

Les principaux thèmes du congrès sont :

- 1. Le syndrome d’apnées du sommeil
- 2. L’oncologie thoracique

Les sous-thèmes incluent :

- 1. la tuberculose pharmaco-résistante,
- 2. l’asthme,
- 3. les infections respiratoires basses.

Date et lieu : du 9 au 11 septembre 2025 - Cotonou - Bénin

2^{ème} Congrès de la Société Africaine de Santé Publique (SASP) au Palais des congrès de Cotonou, Boulevard de la Marina

Thème principal
Santé publique : Science au service du développement durable en Afrique

Les objectifs du congrès :

- 1. Communiquer autour de la vision africaine de la santé publique pour ré-

- pondre aux besoins du continent en général et ceux du Bénin en particulier
- 2. Favoriser le partage des connaissances à travers la diffusion des résultats des travaux de recherche
 - 3. Renforcer les compétences à travers la diffusion des actualités dans le domaine, notamment les dernières innovations technologiques et méthodologiques
 - 4. Faciliter la création et le renforcement des réseaux intersectoriels des professionnels de la santé publique
 - 5. Contribuer au renforcement du réseau académique africain dans le domaine de la santé publique

Date et lieu : du 5 au 9 octobre 2025 - Le Cap - Afrique du Sud

25^{ème} Congrès mondial de gynécologie et d’obstétrique de la FIGO

La Fédération Internationale de Gynécologie et d’Obstétrique (FIGO) a le plaisir d’annoncer que le XXVe Congrès Mondial de Gynécologie et d’Obstétrique de la FIGO se tiendra du 5 au 9 octobre 2025 au Cap, en Afrique du Sud, en collaboration avec la Société Sud-Africaine des Obstétriciens et Gynécologues (SASOG).

Programme :
Outre le programme scientifique de premier plan, la FIGO Cape Town 2025 proposera une série d’ateliers pré-congrès et un programme social passionnant comprenant un dîner de gala spécial.

Bon à savoir :
Le programme scientifique de cinq jours de la conférence FIGO Cape Town 2025 est le fruit d’une collaboration entre la FIGO et ses partenaires, les organisations apparentées, les sociétés membres et la Fédération africaine d’obstétrique et de gynécologie (AFOG), la fédération régionale alliée de la FIGO pour l’Afrique et la région de la Méditerranée orientale.

Date et lieu : du 2 au 5 novembre 2025 - Hammamet - Tunisie

15^{ème} Conférence internationale de l’AORTIC sur le cancer en Afrique

Du 2 au 5 novembre 2025 - Hammamet - Tunisie

La 15^{ème} Conférence internationale de

l’AORTIC sur le cancer en Afrique se tiendra du 2 au 5 novembre 2025 à Hammamet, en Tunisie, et aura pour thème : Faire progresser les soins contre le cancer en Afrique : l’équité grâce à l’autonomisation de la recherche et de l’éducation Exploiter les partenariats africains pour améliorer la qualité des soins contre le cancer et les résultats pour les patients.

AORTIC 2025 est devenue la plateforme continentale qui rassemble les spécialistes multidisciplinaires de la communauté mondiale du cancer afin de réduire l’impact du cancer en Afrique. La conférence proposera des présentations de recherche de pointe, des ateliers interactifs et des sessions éducatives, visant à compléter les compétences du personnel spécialisé en cancérologie en Afrique.

Date et Lieu : du 15 au 18 décembre 2025 à Yaoundé

“Journées Internationales de Limnologie en Afrique”

L’université de Yaoundé 1 en partenariat avec l’université de Rennes, le CNRS, l’IRD et l’Association Française de Limnologie prévoient l’organisation du premier congrès internationale francophone sur les milieux aquatiques en Afrique. Ces "Journées Internationales de Limnologie en Afrique" seront organisées à Yaoundé en décembre 2025 avec pour ambition d’avoir des scientifiques venant de différents pays africains et européens. Ces journées scientifiques pluridisciplinaires aborderont les enjeux autour des milieux aquatiques continentaux en Afrique autour de 5 thématiques principales :

- Changement climatique, eau et biodiversité : vers des outils adaptés à l’Afrique sub-saharienne
- Gestion des ressources hydriques face aux défis climatiques et régionaux en Afrique : solutions innovantes pour un développement durable
- Qualité de l’eau, bioindication et conservation de la biodiversité
- Aquaculture
- Risques environnementaux, sanitaires et économiques, le concept One Health en Afrique