

Santé

Colopathies fonctionnelles ou "intestin irritable" : attention au stress !



Photo : DR

Les causes psychologiques favorisent les colopathies fonctionnelles.

G.R.M
Libreville/Gabon

Ce n'est pas à 40 ans qu'il faut se négliger mesdames ! Au contraire, les premières maladies chroniques font leur apparition. Les soucis gynécologiques aussi. Nous ouvrons, avec les colopathies fonctionnelles, une courte série de cinq maladies à surveiller et sur la manière de rester en bonne santé.

LA colopathie fonctionnelle est un trouble digestif qui se caractérise principalement par des sensations douloureuses au ventre, fréquentes et chroniques (persistant depuis au moins 3 mois). On parle aussi de "syndrome de l'intestin irritable" ou de "syndrome du côlon irritable".

C'est une maladie extrêmement fréquente et les femmes sont davantage sujettes à ce type de trouble que les hommes. Les causes de cette pathologie ne sont pas précisément connues. Plusieurs hypothèses sont toutefois avancées pour expliquer les symptômes, qui se caractérisent par des douleurs au ventre de types « spasmes » ou crampes (90% des cas); de la diarrhée, une constipation ou l'alternance des deux; des ballonnements et, parfois, des troubles de la digestion (nausées, maux de tête, etc. après les repas).

CAUSES PSYCHOLOGIQUES. Les chercheurs pensent que ces ma-

laises sont dus à une altération de la "motilité" du côlon et de l'intestin. C'est-à-dire des mouvements automatiques de contraction que les muscles intestinaux effectuent pour faire avancer le bol alimentaire dans le tube digestif.

Si la motilité est trop élevée, ou au contraire trop lente, des troubles du transit et des douleurs peuvent apparaître. Il est aussi probable que les personnes atteintes de syndrome de l'intestin irritable aient une sensibilité excessive au niveau des intestins. Elles ressentent donc les phénomènes normaux de digestion, dont la dilatation liée aux gaz ou les contractions normales comme des spasmes douloureux.

Enfin, la flore intestinale pourrait jouer un rôle dans l'apparition de ces pathologies. Elle est de plus en plus étudiée et on comprend que sa composition, son équilibre et son bon fonctionnement sont essentiels à une bonne santé intestinale. Elle a aussi une influence sur la motricité et la sensibilité digestives.

Plusieurs études sont actuellement menées pour mieux comprendre les liens entre colopathie fonctionnelle et microbiome intestinal. Les femmes étant plus souvent atteintes que les hommes, les hormones pourraient jouer un rôle. Même si les causes psychologiques ne sont pas les seules impliquées dans ce type de pathologies,

elles peuvent aggraver les symptômes, ou même les déclencher. Réduire le stress est donc important lorsqu'on souffre de colopathie fonctionnelle.

PAS DE TRAITEMENT CURATIF. La colopathie fonctionnelle n'est pas une maladie grave en soi, mais elle peut considérablement altérer la qualité de vie des personnes atteintes. Son caractère chronique, imprévisible et doulou-

reux peut être épuisant moralement.

Les troubles digestifs fonctionnels sont un symptôme très fréquent de consultation en médecine générale. Et on sait qu'ils ont un certain retentissement économique (absentéisme, batterie d'examen médicaux, traitements...).

Existe-t-il des solutions en cas de colopathie fonctionnelle ? Hélas, aucun traitement ne permet de soigner cette

pathologie. Certains médicaments peuvent soulager temporairement les symptômes, mais ils ne s'attaquent pas aux causes. C'est le cas, par exemple, des antispasmodiques, des antidiarrhéiques ou des laxatifs qui peuvent être conseillés en cas de crise. Le charbon actif peut parfois soulager les ballonnements ou flatulences.

Ces traitements ne peuvent pas être pris en

continu sur le long terme. Il faut donc trouver des moyens naturels de soulager les symptômes, en identifiant par exemple les aliments qui déclenchent les crises, en essayant de réduire le stress et l'anxiété, en appliquant une bouillotte chaude sur le ventre en cas de spasmes, etc. Voilà mesdames. A mercredi prochain.

(source: e-sante.fr)

Communauté Économique et Monétaire de l'Afrique Centrale
Commission
Département des Politiques Économique Monétaire et Financière
Direction de la Statistique

N° 260 /18/CEMAC/C/DPPEMF/DS
Malabo, le 03 Septembre 2018

Avis à Manifestation d'intérêt n°004/CEMAC/DPPEMF/DS/18
Relatif à la réalisation de l'étude pour l'évaluation du programme statistique sous-régional 2008-2012 et définition du nouveau programme statistique sous-régional pour la Commission de la CEMAC

Contexte : La Communauté Économique et Monétaire de l'Afrique Centrale (CEMAC), organisation sous régionale, créée en 1994 en remplacement de l'Union Douanière et Économique de l'Afrique Centrale (UDEAC) regroupe six (6) États : le Cameroun, la Centrafrique, le Congo, le Gabon, la Guinée Équatoriale et le Tchad. Sa mission est d'appuyer les États membres pour qu'ils passent d'une situation de coopération à une situation d'Union, en vue de parachever le processus d'intégration économique et monétaire engagé depuis 1964. Les principaux objectifs économiques poursuivis sont les suivants : (i) le renforcement de la compétitivité des activités économiques et financières ; (ii) la convergence des politiques économiques ; (iii) la création d'un marché commun fondé sur la libre circulation des biens, des services, des capitaux et des personnes ; (iv) la coordination des politiques sectorielle.

Après plusieurs décennies de coopération monétaire dans le cadre de l'Union Monétaire de l'Afrique Centrale (UMAC), les États membres de la CEMAC ont décidé de renforcer les conditions d'efficacité de la politique monétaire par l'adoption d'un dispositif de surveillance multilatérale des politiques économiques.

Reconnaissant l'importance des statistiques dans le processus d'intégration, notamment en matière de convergence macroéconomique, et en application des mesures édictées par cette déclaration de Malabo, la Commission de la CEMAC a mis en place en 2001, un Comité sous-régional de statistique, dont les missions principales sont : (i) l'harmonisation des concepts, des méthodes et des outils de collecte et traitement des données statistiques ; (ii) la mise en cohérence des objectifs statistiques nationaux et communautaires et ; (iii) le renforcement du système statistique de la CEMAC. Ce Comité a été mis en place par la Décision n° 03/01-UEAC-087-CM-06 du 03 août 2001.

En 2007, le Conseil des Ministres de l'UEAC a adopté un programme pluriannuel de la statistique de la CEMAC 2008 - 2012. Ce programme visait à créer les conditions pour que chaque pays membre soit capable de produire le minimum d'information statistique nécessaire pour la mise en œuvre des politiques économiques nationales et communautaires et pour répondre aux besoins des acteurs de la vie socio-économique.

Plus de dix années après l'adoption de ce premier programme pluriannuel de la statistique de la CEMAC, la Commission de la CEMAC doit faire son évaluation et de définir les nouvelles orientations en matière de méthodologie, de production, et diffusion des données statistiques dans la sous-région. Plusieurs raisons militent en la faveur de la définition d'un nouveau programme sous régional de la statistique.

Objet : La Commission de la CEMAC lance un appel d'avis à manifestation d'intérêt international relatif à la réalisation de l'étude pour l'évaluation du programme statistique sous-régional 2008-2012 et définition du nouveau programme statistique sous-régional. Cette étude vise les objectifs suivants :

- 1- L'évaluation de la mise en œuvre du premier programme statistique sous régional 2008 - 2012. Cette évaluation doit faire l'état des lieux des systèmes statistiques nationaux et identifier les forces et les faiblesses de chacun ;
- 2- La consolidation des acquis en matière d'harmonisation statistique ;
- 3- L'état des lieux des besoins statistiques des départements, organes et institutions spécialisées de la CEMAC ;
- 4- L'amélioration de la production des statistiques macroéconomiques, des statistiques sectorielles ; et statistiques sociales et démographiques ;
- 5- Le renforcement du cadre institutionnel de production et de diffusion des données (dispositif, outil, base de données, archivages, communication, partage et diffusion des données) ;
- 6- Le renforcement de la coordination et la coopération dans le domaine statistique entre les États, la Commission et les Partenaires Techniques et Financiers.

La Commission de la CEMAC, invite les candidats intéressés, à manifester leur intérêt à fournir les services décrits ci-dessus.

Les Bureaux d'études intéressés doivent fournir les informations indiquant leurs capacités techniques à exécuter lesdits services, notamment : Documents (Brochures de présentation) indiquant avec détails l'exécution de travaux analogues (Année, pays d'exécution du contrat, montant du contrat, preuves d'acceptabilité des livrables, personnel affecté au projet, coordonnées : noms du ou des responsables ; adresses, tél, fax, E-mail, etc.).

Une liste de Bureau d'études sera constituée en vue de la consultation restreinte conformément au Règlement n°06/09-UEAC-201-CM-20 portant Procédures de passation, d'exécution et règlement des marchés publics de la Communauté disponible sur le site web de la Commission de la CEMAC.

Les intéressés peuvent obtenir des informations supplémentaires à l'adresse suivante Département des Politiques Économique Monétaire et Financière / Direction de la Statistique : Tél : 00236 70555096 et email : fontchin@cemac.int, les jours ouvrables, de 8 h 00 à 15 h 00.

Les manifestations d'intérêt doivent être déposées sous pli fermé ou en version électronique à l'adresse ci-dessous, au plus tard, le 21 septembre 2018 à 15 heures 30 minutes, heure locale avec accusé de réception et devra porter la mention : « Manifestation d'intérêt relatif à la réalisation de l'étude pour l'évaluation du programme statistique sous-régional 2008-2012 et définition du nouveau programme statistique sous-régional pour la Commission de la CEMAC » à l'adresse suivante :

Commission de la CEMAC,
Siège provisoire au Parlement de la CEMAC,
BP 298 Malabo,
(République de Guinée Équatoriale).

LE PRÉSIDENT,

Daniel ONA ONDO