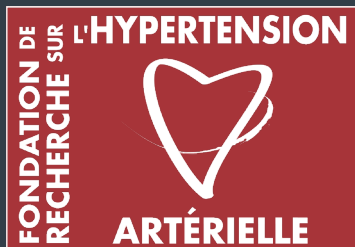




### Docteur M.-C. Wimart

secrétaire adjoint du Comité de Lutte contre l'Hypertension Artérielle



## L'INFO RECHERCHE

### Le potassium et le Risque Cardiovasculaire

Quand l'élimination urinaire du sodium augmente et que celle du potassium baisse, le rapport Na/K augmente et le Risque Cardiovasculaire augmente.

	Sodium (Na) urinaire/24h	Potassium (K) urinaire/24h	Rapport Na/K
Variation	↗	↘	↗
Risque CV	↗	↗	↗
Risque CV pour +1 g	+1 g + 18% ↗	+1 g - 18% ↘	

Pour chaque augmentation de l'élimination quotidienne de 1g de sel ou de 1g de potassium, le Risque Cardiovasculaire augmente ou diminue de 18 % (augmentation du risque pour le sel et diminution pour le potassium).

**En conclusion** : il se confirme que les effets cardio-vasculaires défavorables d'une consommation excessive de sel peuvent être moins importants si la consommation de potassium d'origine alimentaire augmente.