



Le Dr Aissa est la coordinatrice de la santé pour la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du CroissantRouge (FICR) en Afrique de l'Ouest et du Centre. Grâce à cette lettre d'informations hebdomadaire, elle abordera certaines des questions et rumeurs les plus répandues dans les communautés d'Afrique concernant le nouveau coronavirus, connu sous le nom de COVID-19. Ces questions et rumeurs sont recueillies auprès des communautés par les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge qui travaillent en Afrique. Cette lettre d'informations vise à aider les Sociétés nationales à répondre aux questions courantes et à fournir des faits pour mettre un terme aux rumeurs et aux informations erronées concernant le nouveau coronavirus.

1. Les enfants peuvent-ils attraper la COVID-19 ? L'âge importe-t-il ?

- Oui, les enfants peuvent attraper la COVID-19. Peu importe l'âge. Les enfants et les nourrissons peuvent être infectés par la COVID-19.
- Des données récentes indiquent que les enfants ne sont pas aussi enclins que les adultes à développer une COVID-19 sévère. Cependant, les enfants sont tout aussi susceptibles d'être infectés que les autres groupes d'âge et peuvent transmettre la maladie à d'autres personnes, dont des adultes, y compris celles qui sont plus vulnérables aux complications engendrées par la COVID-19.
- À ce jour, peu de cas de COVID-19 ont été recensés chez les enfants - selon les données de l'OMS, les personnes de moins de 18 ans représentent 1 à 3 % des cas signalés, même si ce groupe de personnes constitue 29 % de la population mondiale. Cela pourrait s'expliquer par le fait que les enfants sont plus susceptibles de contracter une infection légère ou asymptomatique, ce qui signifie que l'infection peut passer inaperçue ou ne pas être diagnostiquée.
- Si les personnes âgées ou souffrant de pathologies avérées sont plus exposées au risque de maladie grave ou de décès dû à la COVID-19, des groupes d'enfants et d'adolescents ont été signalés comme nécessitant des soins intensifs en raison d'un syndrome inflammatoire multisystémique infantile. Il s'agit d'une complication rare, mais grave associée à la COVID-19, qui se manifeste par une inflammation de différentes parties du corps.
- Des recherches supplémentaires doivent être menées pour nous permettre d'en savoir plus sur la manière dont elle affecte les enfants.
- En effet, il est très important de noter que les jeunes et les enfants peuvent toujours transmettre la COVID-19 à d'autres personnes même s'ils ne présentent que des symptômes légers, voire pas de symptômes du tout. C'est pourquoi tout le monde, y compris les enfants et les jeunes, doit observer des mesures de prévention protégeant l'entourage, en particulier les membres âgés de la famille, dont les grands-parents ou les personnes atteintes d'autres maladies.
- Afin de protéger vos enfants contre la COVID-19, encouragez-les à mettre en pratique les mesures qui assureront leur sécurité, par exemple : respecter une distance d'au moins 2

mètres des autres, se laver fréquemment les mains avec du savon, et rester à la maison s'ils ne se sentent pas bien. Si les symptômes de votre enfant s'aggravent ou si vous vous inquiétez pour sa santé, contactez votre médecin traitant pour obtenir un avis médical.

2. Pourquoi est-il toujours important de porter un masque facial ou de pratiquer la distanciation physique ?

- La COVID-19 fait encore des ravages en Afrique. Nous devons continuer à déployer tous les efforts possibles pour enrayer la propagation du virus, et notamment porter un masque et nous tenir à distance des autres.
- La COVID-19 se propage lorsqu'une personne contaminée par le virus tousse, éternue ou parle et que les gouttelettes émises par sa bouche ou son nez arrivent dans les yeux, le nez ou la bouche d'une personne saine.
- Le port du masque contribue à prévenir la propagation de l'infection en créant une barrière qui empêche les gouttelettes de quitter le nez ou la bouche d'une personne infectée ou d'entrer dans le nez ou la bouche d'une personne saine.
- Il est efficace d'observer une distance de sécurité de 2 m par rapport aux autres personnes, car vous n'êtes alors pas suffisamment proche physiquement pour que ces gouttelettes vous atteignent, si une personne infectée parle, tousse ou éternue.
- Comme de nombreuses personnes infectées sont asymptomatiques, le virus peut se propager sans être détecté. Il est donc important de porter un masque facial *et* de pratiquer une distanciation physique sûre.
- S'il n'est pas possible de pratiquer une distanciation physique sûre, par exemple si vous vous occupez d'une personne malade ou si vous vous trouvez dans un lieu particulièrement fréquenté, le port du masque revêt d'autant plus d'importance.
- L'épidémie est loin d'être terminée. Dans certains pays, les mesures de confinement et les restrictions ont été réduites. En effet, les gens doivent également gagner leur vie pour nourrir leur famille et payer leur loyer. Le gouvernement doit trouver le juste équilibre entre la nécessité de ralentir la propagation du nouveau coronavirus et les autres besoins essentiels des personnes, comme la réouverture des magasins et des entreprises et le retour au travail ou à l'école.
- Nous avons vu un certain relâchement dans les efforts de prévention, comme le lavage des mains et le fait de ne pas se toucher le visage. Si les personnes ne sont pas prudentes, cela peut générer une augmentation du nombre de nouveaux cas de coronavirus, ce qui pourrait pousser le gouvernement à rétablir le confinement et les restrictions.
- Comme toujours, mieux vaut prévenir que guérir. Montrons l'exemple et suivons les 5 règles suivantes pour nous protéger et protéger nos proches, et ainsi mettre un terme à cette pandémie

CINQ RÈGLES SIMPLES POUR ASSURER VOTRE SÉCURITÉ ET CELLE DE VOTRE FAMILLE

- Lavez toujours vos mains avec de l'eau et du savon ou utilisez du désinfectant pour les mains. Pour vous laver correctement les mains, vous devez les laver pendant environ 20 secondes et recouvrir toutes les parties de vos mains : doigts, pouces, entre les doigts, sous les ongles, paumes et dos des mains. Chantez la chanson joyeux anniversaire deux fois pendant que vous lavez vos mains pour arriver à

20 secondes. Cela tuera tous les virus qui sont sur vos mains et évitera qu'ils entrent dans votre corps.

- Ne touchez pas vos yeux, votre nez ou votre bouche, cela augmente les risques de transférer le virus de vos mains à l'intérieur de votre corps.
- Le virus se transmet d'une personne à une autre personne. Essayez donc de limiter vos contacts avec d'autres individus. Restez chez vous et évitez les bars, les restaurants et les événements publics. Si vous sortez, essayez de maintenir une distance de sécurité avec les autres personnes. Imaginez que vous tenez un grand balai, si vous ne pouvez toucher personne avec ce balai, vous êtes à une distance sûre des autres. Évitez de serrer des mains, de tenir la main de quelqu'un, d'embrasser des personnes sur la joue ou de serrer des personnes dans vos bras.
- Si vous toussiez ou éternuez, couvrez votre bouche et votre nez avec un mouchoir ou le creux de votre coude, et lavez-vous les mains si vous toussiez ou éternuez dans vos mains.
- Restez chez vous si vous ne vous sentez pas bien, si vous avez une toux sèche et de la fièvre ou le souffle court, et contactez vos services sanitaires locaux ou l'assistance téléphonique du ministère de la Santé. Cela diminue le risque de propagation du virus à d'autres personnes.

3. Comment puis-je me protéger du coronavirus dans les transports publics ?

- La COVID-19 se transmet de personne à personne, c'est pourquoi il est important de garder une distance physique de 2 mètres pour se protéger du virus.
- Néanmoins, cette pratique peut s'avérer difficile à mettre en œuvre dans les transports publics, notamment les bus ou les taxis à usage collectif.
- Pour vous protéger et protéger les autres dans les transports publics, suivez ces principes généraux :
 - Utilisez des moyens de transport qui imposent une distance physique, par exemple en gardant des sièges vides entre les personnes.
 - Ouvrez une fenêtre si vous le pouvez pour la ventilation.
 - Portez toujours un masque lorsque vous utilisez les transports publics.
 - Voyagez pendant les périodes plus calmes ou changez d'itinéraire et de gare pour éviter les zones à forte fréquentation.
 - Marchez une partie ou la totalité du trajet au lieu de prendre les transports publics pour un court trajet.
 - Avant de partir et une fois arrivé à destination, lavez-vous les mains avec du savon ou utilisez dès que possible un désinfectant pour les mains contenant au moins 60 % d'alcool et évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche avec des mains non lavées.
- Suivre ces conseils peut vous aider à rester en bonne santé même lorsque la distance physique est difficile à maintenir.

4. Comment se déroulent les enterrements des personnes décédées des suites de la COVID-19 ?

- Lorsqu'une personne décède des suites de la COVID-19, elle peut être enterrée ou incinérée. Les volontés du parent ou de l'ami défunt peuvent être respectées.
- Il n'y a actuellement aucun cas connu d'infection par la COVID-19 résultant d'une exposition au corps d'un défunt atteint par le virus. Les cadavres ne libèrent pas de gouttelettes, le mode de propagation de la maladie, et ne sont donc généralement pas contagieux. Toutefois, des précautions sont toujours nécessaires lors de l'organisation et du déroulement des funérailles pour éviter la propagation de la COVID-19 parmi les personnes présentes.
- Si vous vous rendez à un enterrement, veillez à observer les mesures élémentaires suivantes :
 - Toute personne impliquée dans la préparation du corps doit porter un masque et des gants et soigneusement se laver les mains à l'eau et au savon une fois terminé.
 - Portez un tablier en plastique ou assurez-vous de lessiver vos vêtements avec de l'eau chaude et du savon quand vous avez terminé.
 - Lavez les vêtements et les effets personnels de la personne décédée avec de l'eau chaude et du savon ou du désinfectant.
 - Limitez le nombre de personnes participant à la préparation du corps.
 - La famille et les amis peuvent voir le corps après que celui-ci a été préparé. Néanmoins, il conviendra de ne pas le toucher ou l'embrasser, et de se laver les mains avec de l'eau et du savon après la visite.
- N'organisez pas de grandes cérémonies funéraires. En effet, celles-ci rassemblent beaucoup de monde et le risque de propagation du virus est accru. Préférez plutôt une cérémonie en famille ou envisagez d'inviter vos proches à se joindre à vous en ligne si possible ou reportez la cérémonie majeure dès que la crise de la COVID-19 sera terminée.
- Pour les enterrements en personne, suivez les mesures préventives quotidiennes pour vous protéger et protéger les autres contre la COVID-19, notamment les 5 règles simples de la page 2.
- N'assistez pas à un enterrement ou à un service funéraire si vous êtes malade ou si vous avez pu être exposé à la COVID-19. Les personnes qui présentent un risque plus élevé de maladie grave ou de décès, dont les personnes âgées ou souffrant de pathologies avérées, devront observer la plus grande prudence, car elles peuvent être exposées à un risque lié à une personne atteinte de COVID-19, surtout si les recommandations relatives au port de masques et à la distanciation sociale peuvent être difficiles à suivre, pour elles-mêmes ou pour les autres.
- Pour plus d'informations sur les pratiques de sécurité en matière de manipulation des corps et de funérailles dans le cadre de la COVID-19, veuillez consulter ce site :
https://preparecenter.org/wp-content/uploads/2020/07/COVID_MotD_IFRC-ICRC_July2020_web-1.pdf