



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. Une mère peut-elle transmettre la COVID-19 à son futur bébé ?

- Ce virus est récent et nous n'avons pas encore de données précises sur la transmission du virus d'une mère à son futur bébé ni de l'impact de la COVID-19 sur les nouveau-nés.
- Les nouveau-nés peuvent être contaminés par la COVID-19 après avoir été en contact étroit avec une personne infectée. En fait, certains bébés se sont révélés positifs au test de la COVID-19 peu après leur naissance, sans que l'on sache si le virus avait été transmis avant, pendant ou après leur naissance. À ce jour, un seul bébé a été testé positif à la COVID-19, alors qu'il était encore dans l'utérus.
- La plupart des nouveau-nés testés positifs à la COVID-19 présentent peu ou pas de symptômes et se sont complètement rétablis. Toutefois, certaines mères testées positives à la COVID-19 ont rencontré des problèmes pendant leur grossesse, comme une naissance prématurée. Il est donc important que les femmes enceintes prennent des précautions supplémentaires pour se protéger de la COVID-19.
- Si vous vous occupez d'enfants, pour les aider à rester en bonne santé et vous protéger par la même occasion, vous et votre famille, vous pouvez leur enseigner les 5 règles simples de prévention de la COVID-19, comme se laver les mains fréquemment et se tenir à une distance d'au moins 1 mètre des autres personnes.
- Les scientifiques ainsi que les experts en matière de santé continuent de suivre la situation des femmes et des bébés, mais il est primordial que vous continuiez à prendre soin de vous-même et de votre bébé pendant la grossesse et après l'accouchement.

2. Les enfants doivent-ils porter des masques ?

- En raison d'une pénurie de masques à l'échelle mondiale, l'OMS en recommande une utilisation à bon escient et veut s'assurer que suffisamment de masques restent disponibles pour les professionnels de la santé. De ce fait, seules les personnes à risque doivent porter un masque médical. Les personnes concernées sont les suivantes :
 - Le personnel de santé ;
 - Les personnes qui présentent des symptômes du nouveau coronavirus (toux, éternuements, fièvre) ;
 - Les personnes qui s'occupent d'un individu probablement atteint de la COVID-19.
- D'après les données disponibles, les enfants ne semblent pas être plus exposés à la COVID-19 que les adultes. Si certains d'entre eux ont été testés positifs au virus, les adultes représentent la majeure partie des personnes contaminées. Par conséquent, les enfants ne sont pas tenus de porter un masque sauf avis contraire de votre gouvernement.
- Lorsque la distanciation physique est difficile à maintenir, les enfants de 2 ans et plus peuvent aussi porter un masque en tissu pour aider à stopper la propagation du virus.



- **Attention !** Le port du masque ne vous dispense pas des autres mesures de protection. La meilleure façon de protéger vos enfants et vous-même contre le nouveau coronavirus est de suivre les 5 règles simples de prévention à la COVID-19 : se laver fréquemment les mains, tousser dans un mouchoir ou dans votre coude, limiter les contacts de vos enfants avec d'autres personnes en restant à la maison et conserver une distance d'au moins 1 mètre entre les individus.
- Apprenez à vos enfants à suivre ces règles de protection pour eux-mêmes. Dans la mesure du possible, expliquez ces mesures de prévention et montrez l'exemple. Montrez le bon exemple ; si vous vous lavez les mains souvent, les enfants seront plus enclins à vous imiter.

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. Les tests de la COVID-19 sont-ils fiables ?

- Deux types de tests sont disponibles pour déceler la COVID-19 : les tests de dépistage et les tests d'anticorps.
- Un **test de dépistage** (test virologique) peut déceler la maladie de la COVID-19 au moment même du dépistage ; ce test est généralement très précis. Un prélèvement par voie nasale ou pharyngée (gorge) est effectué, mais parfois un échantillon de votre salive est également utilisé. Il faut habituellement compter une semaine pour obtenir les résultats, mais ces délais varient d'un pays à un autre.



- Si le test de dépistage se révèle **positif à la COVID-19**, vous devez vous isoler des autres afin de ne pas prendre le risque de contaminer d'autres personnes et suivre les conseils de soins à domicile. Soyez attentifs à vos symptômes et appelez l'autorité locale de référence si les symptômes s'aggravent, notamment en cas de forte fièvre ou de difficulté à respirer.
 - Si votre test se révèle **négatif à la COVID-19**, cela signifie que vous n'étiez pas contaminé au moment où vous avez effectué le test. Le test peut aussi être négatif si votre prélèvement a été effectué au tout début de votre infection. Vous pouvez tomber malade même si votre test a été négatif, vous pouvez aussi être contaminé à l'avenir puis être testé positif.
- Le second test, le **test des anticorps** (test sérologique) peut indiquer si vous avez eu la COVID-19 dans le passé. Lors d'une infection, votre organisme produit des anticorps afin de la combattre. Si vous avez des anticorps dans votre sang, cela signifie que vous avez probablement été contaminé par le virus. Pour effectuer ce test, un petit échantillon de sang est prélevé, en se piquant le doigt par exemple.

- Cependant, il faut savoir que ce test n'est pas fiable à 100 % et que certaines personnes ont peut-être eu la COVID-19 sans développer d'anticorps. Il ne permet pas non plus de savoir si vous êtes infecté par la COVID-19 au moment du test.
- Beaucoup de questions subsistent sur la probabilité de contracter la COVID-19 à deux reprises, mais aucune réponse tangible n'est connue à ce jour. Selon toute vraisemblance, le patient est immunisé immédiatement après l'infection, mais nous ne savons pas combien de temps dure cette immunité. Pour rester en bonne santé, il est préférable de toujours rester vigilant et de suivre les mesures recommandées décrites sur la page 2.

4. Un vaccin a-t-il déjà été mis au point ? Quand sera-t-il disponible ?

- À ce jour, il n'existe aucun vaccin, médicament ou traitement capable de prévenir ou de guérir la COVID-19. Toutefois, les chercheurs du monde entier s'attellent à mettre au point un vaccin ou un traitement contre le nouveau coronavirus aussi rapidement que possible.
- Jusqu'à présent, le développement d'un vaccin prenait 2 à 5 ans, mais grâce aux efforts des chercheurs du monde entier, il se pourrait qu'un vaccin soit disponible dans un délai plus court.
- Concevoir un vaccin est une tâche colossale qui nécessite la collaboration de plusieurs organisations. La population ignore les nombreuses étapes que les chercheurs doivent franchir avant qu'un vaccin ne soit mis à la disposition du public.
- À l'heure actuelle, 148 vaccins potentiels sont testés, mais les chercheurs rencontrent de nombreuses difficultés pendant ces phases de test, ce qui peut retarder la confirmation de l'innocuité d'un vaccin et son approbation finale.
- Il est essentiel de développer un vaccin pour mettre fin à cette pandémie, c'est l'un des outils les plus puissants de santé publique et cela signifierait que nous aurions une protection à long terme contre la COVID-19. Mais avant cela, la seule façon de rester en bonne santé, qu'il s'agisse de nous-mêmes ou des autres, est de nous laver les mains fréquemment, de ne pas toucher nos yeux, notre nez et notre bouche, d'utiliser un mouchoir ou d'approcher notre coude de notre bouche lorsque l'on tousse ou éternue et de garder une distance d'au moins 1 mètre des personnes qui nous entourent.
- Si vous présentez des symptômes de la COVID-19, comme la toux ou la fièvre, restez à votre domicile pour stopper la propagation de la maladie. Surveillez vos symptômes et s'ils s'aggravent, appelez votre autorité locale de référence pour obtenir des conseils, elle pourra vous indiquer si vous devez rester chez vous ou si vous devez vous faire soigner.