



Prévenir & maîtriser la diffusion du SARS-CoV-2 : les bases de la prévention de la transmission croisée.



Bourgogne Franche-Comté

Contexte :

Cela fait maintenant plus de 18 mois que la planète est confrontée à la circulation active du SARS-CoV-2. En France, depuis début 2020, plusieurs vagues se sont succédées. Nous faisons face actuellement à une 5^{ème} vague particulièrement forte.

Depuis le début de la pandémie, la connaissance s'est enrichie sur le virus et les moyens de prévention se sont étoffés notamment avec la disponibilité des vaccins depuis fin 2020.

Imaginer que les vaccins sont efficaces à 100% est une chimère, raison pour laquelle, les scientifiques ont, dès le début de la vaccination, rappelé que les mesures barrières devaient être maintenues même si on était vacciné.

Avec la circulation du variant Delta et la diminution de l'efficacité du vaccin à distance de la primo-vaccination, au-delà d'encourager la population à réaliser la dose de rappel pour booster l'immunité, il est important que tout le monde se réapproprie les gestes & mesures barrières pour limiter la circulation du virus.

Objectif :

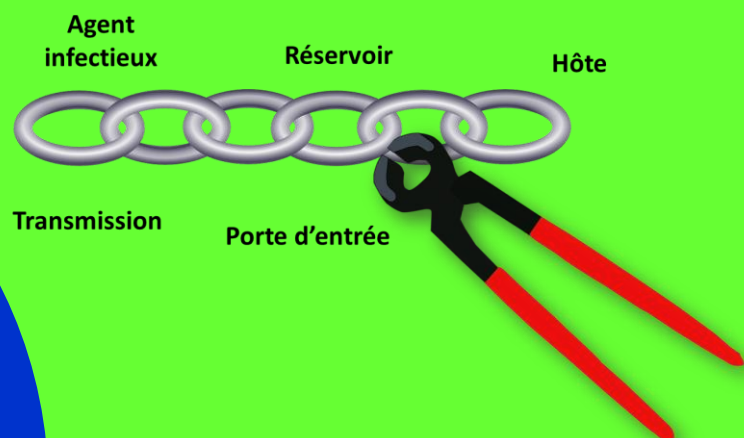
Se réapproprier les mesures de prévention (mesures et gestes barrières) adaptées au virus, pour :

1. se protéger (= ne pas se contaminer)
2. protéger les autres (= ne pas contaminer les autres).

Pour ce faire, il est **CAPITAL** de reposer les éléments constitutifs de la chaîne de transmission :

- 1- quel est l'agent pathogène
- 2- où vit l'agent pathogène (réservoir),
- 2- comment se transmet l'agent pathogène d'une personne à une autre (modes de transmission, portes d'entrée chez la personne exposée),
- 3- quelles sont les personnes à risque de faire la maladie (= hôte).

Connaître ces différents éléments donnent la lisibilité et la compréhension des leviers à mobiliser pour se protéger et protéger les autres.



C'est parce que les différents éléments constitutifs de la chaîne de transmission du virus sont connus et compris que l'adoption des moyens de prévention est accessible à tous.

1^{ère} étape : la chaine épidémiologique

L'agent pathogène



C'est un coronavirus dénommé **SARS-CoV-2**.

C'est un virus à ARN, enveloppé.

La maladie liée à l'infection par le SARS-CoV-2 est nommée **COVID-19**.

Plusieurs variants se sont succédés depuis la souche historique de Wuhan.

Fin octobre 2021, le variant Delta représente 99,9% des virus identifiés.

La maladie COVID-19 :

Incubation : 3 à 5 jours en général (extrêmes : 2 à 14 jours)

Contagiosité :

→ débute 24 à 48 heures avant le début des signes

→ le variant Delta est hyper transmissible, autant contagieux que la varicelle

→ La contagiosité est surtout importante au tout début de la maladie

Symptomatologie variable : fièvre, frissons, toux, difficultés respiratoires, courbatures, fatigue, diarrhée, perte du goût, perte de l'odorat, parfois peu de symptômes voire pour certains malades des formes asymptomatiques.

Le réservoir du virus



HUMAIN



Le réservoir est humain. Il est représenté par les personnes malades :

- Personne malade symptomatique
- Personne malade peu symptomatique
- Personne malade asymptomatique



ENVIRONNEMENTAL



Sur une surface non visiblement souillée par des produits biologiques, la survie du SARS-CoV-2 est probablement assez réduite voire très courte.

Il est important de noter qu'aucun virus présent sur une surface inerte (table, poignet de porte, ...) ne peut contaminer une personne directement. Il faut que cela passe par les mains d'un individu touchant une surface et portant les mains ensuite à son visage.

Les modes de transmission du virus

TRANSMISSION DIRECTE d'une personne malade vers une personne non malade située à moins de 2 mètres, par les gouttelettes émises :

- lors d'effort de toux,
- lors d'éternuement,
- lors de la parole, majorée en chantant ou en criant
- lors d'embrassade.



TRANSMISSION INDIRECTE par les mains contaminées que l'on va porter au visage (bouche, nez, yeux) :

- lors de contact avec une personne malade (lors d'une poignée de mains par exemple)
- lors de contact avec une surface contaminée par les sécrétions produites par une personne (table, téléphone, poignée de porte par exemples)

Les portes d'entrée du virus



- ✓ Nez
- ✓ Yeux
- ✓ Bouche
- ✗ Peau

Le virus ne traverse pas la peau.

Pour se protéger, il faut donc protéger :
→ sa bouche,
→ son nez,
→ ses yeux !

Personne susceptible

Personne n'est épargné : tout le monde peut être exposé au virus et faire la maladie.
Certaines personnes sont plus à risque de faire des formes graves de la maladie.

FACTEURS DE RISQUE DE FORME GRAVE

- Personne âgée (> 65 ans) et notamment en présence de diabète, insuffisance cardiaque, insuffisance rénale, problèmes pulmonaires
- Personnes avec comorbidités : insuffisants rénaux chroniques dialysés, insuffisants cardiaques, diabétiques non équilibrés ou avec complications, pathologie chronique respiratoire susceptible de décompenser
- Personne handicapée
- Personne immunodéprimée
- Personne obèse (IMC > 40)
- Femme enceinte

An illustration showing three figures: a pregnant woman with a blue baby icon on her belly, an elderly woman with white hair and glasses, and a person with a cane.

2^{ème} étape : les moyens de prévention

→ ON EVITE DE SE CONTAMINER LES MAINS :

Ne pas serrer
les mains



Tousser ou éternuer
dans sa manche



Utiliser un mouchoir à usage unique. Le jeter
après utilisation dans une poubelle



→ ON RÉALISE DES GESTES D'HYGIÈNE DES MAINS RÉGULIÈREMENT :

Utilisation des SHA
(solution hydro-
alcoolique)



Lavage des mains
à l'eau et au
savon

→ ON EVITE DE SE TOUCHER LE VISAGE



→ ON RESPECTE LES RÈGLES DE DISTANCIATION PHYSIQUE (> 2 MÈTRES) EN L'ABSENCE DE PORT DE MASQUE



→ ON PORTE UN MASQUE :

- quand les distanciations physiques ne sont pas garanties
- quand on est en intérieur (magasin, cinéma, ...)
- quand on est en extérieur entouré de monde (concert, marché ...)



→ ON EVITE TOUTE SITUATION À RISQUE DE PROMISCUITÉ

→ ON AÈRE LES PIÈCES PLUSIEURS FOIS PAR JOUR

(5 à 10 minutes toutes les heures et au minimum 3 fois/jour)



→ ON SE VACCINE



→ ON SE TESTE SI ON EST SYMPTOMATIQUE

→ ON SE TESTE SI ON EST CONTACT À RISQUE

→ ET ON S'ISOLE POUR CASSER LA CHAÎNE DE TRANSMISSION



Appliquer les mesures de prévention, c'est bien, bien les appliquer, c'est mieux !

HYGIENE DES MAINS

Mains non désinfectées, à coup sûr contaminées :

Expérience : empreintes de main selon 3 scénarii sur une boîte de Pétri avec mise en culture pour rendre visible l'invisible ...



Silence, ça pousse !

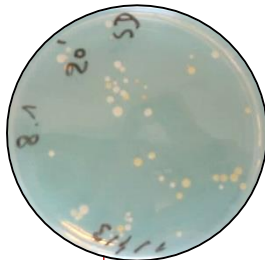
Résultats :

Scénario 1 : empreinte sans hygiène des mains préalable
→ Résultat : les mains sont très contaminées



Les points blancs représentent des milliers de micro-organismes acquis au contact de l'environnement

Scénario 2 : empreinte après lavage à l'eau et au savon
→ Résultat : on élimine la saleté (=nettoyage) mais les mains restent encore contaminées



Réduction du nombre de micro-organismes acquis au contact de l'environnement

Scénario 3 : empreinte après désinfection à la solution hydro-alcoolique
→ Résultat : on tue les micro-organismes et les mains ne sont plus contaminées



Elimination de la totalité des micro-organismes acquis au contact de l'environnement

Mission sécurité :

L'hygiène des mains joue un rôle majeur dans la prévention de la transmission et donc dans la survenue d'une infection.

- ✓ Priorité à l'utilisation des solutions hydro-alcooliques (SHA) sur des mains propres visuellement et sèches



- ✓ Si les mains sont humides ou sales visuellement, ou en l'absence de SHA, on réalise une hygiène des mains à l'eau et au savon



Indications :

- ✓ Dans le cadre des règles d'hygiène de base (avant le repas, après être allé aux toilettes ...)
- ✓ Pour lutter contre le coronavirus :
 - ✓ À domicile, se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon
 - ✓ A l'extérieur du domicile, utiliser sa tolette de SHA !



Pour les minimoy, c'est lavage des mains à l'eau et au savon.



Appliquer les mesures de prévention, c'est bien, bien les appliquer, c'est mieux !

PORT DU MASQUE

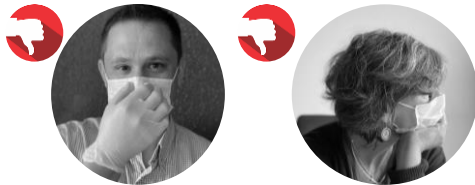
Le coin de tous les dangers :

**Masque mal positionné =
AUCUNE EFFICACITÉ**

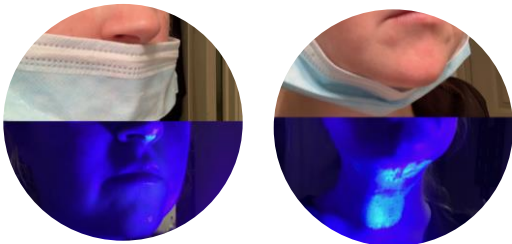


→ Un masque mal positionné ne joue pas son rôle de barrière à la transmission du virus.

Masque touché = DANGER



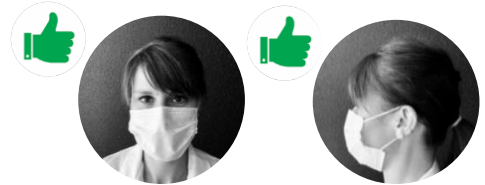
→ Toucher son masque ou le manipuler = situations à risque de vous contaminer. Si vous touchez ensuite votre visage, c'est la cata 😞 → vous risquez de vous contaminer...



Expérience : produit phosphorescent. La lampe noire, à l'obscurité, révèle les zones contaminées (cou, nez) quand on manipule son masque.

Mission sécurité :

**Masque correctement utilisé
= EFFICACITÉ**



Pour éviter toute prise de risque, on ne fait pas que porter un masque, on le porte correctement :

- Réaliser une hygiène des mains avant de mettre le masque
- Positionner correctement le masque pour qu'il couvre le nez, la bouche et le menton
- Attacher les liens/mettre les élastiques derrière les oreilles
- Pincer la barrette nasale
- Ne pas toucher le masque une fois positionné
- Bien gérer le masque :
 - masque touché = masque à changer
 - masque humide = masque à changer
- Retirer le masque en le prenant soit par les élastiques soit par les liens
- Eliminer le masque :
 - s'il est à usage unique dans une poubelle (penser à la planète !)
 - réutilisable, le mettre en machine
- Puis réaliser une hygiène des mains après l'avoir éliminé.

Appliquer les mesures de prévention, c'est bien, bien les appliquer, c'est mieux !

PORT DE GANTS

Le coin de tous les dangers :

Port de gants tout le temps = DANGER



Gantées ou pas, vos mains touchent différentes surfaces potentiellement contaminées (ex : poignée de porte ([photo 1](#))) et vos gants se contamineront ([photo 2](#)) !



Si vous touchez ensuite votre visage, vous risquez de vous contaminer.

Retrait des gants = DANGER

Même pour les personnes les plus habiles, le retrait des gants est hautement périlleux et à risque de contamination des mains ([photo 3](#)).



Expérience : application de produit phosphorescent. La lampe noire, à l'obscurité, révèle les zones contaminées (poignet) quand on retire les gants.

DON'T FORGET !!!!

le virus ne traverse pas la peau ...

Mission sécurité :

Aucune indication à porter des gants pour se protéger du coronavirus :

- Ne pas porter de gants à tout bout de champ (ex : aucune utilité pour faire ses courses ...).
- Le port de gants est préjudiciable à l'hygiène de mains.
- Réaliser une hygiène des mains après avoir touché des surfaces susceptibles d'être contaminées +++

L'hygiène des mains est une mesure essentielle de la prévention de la transmission croisée du virus.



Appliquer les mesures de prévention, c'est bien, bien les appliquer, c'est mieux !

DISTANCES PHYSIQUES

Le coin de tous les dangers :

- ✓ Promiscuité
- ✓ Pas de respect de la distanciation physique (au moins 2 mètres) en l'absence de masque
- ✓ Pièce non aérée



Attention aux prises de risque pendant les pauses ... Il faut garder ses distances !

Mission sécurité :

- ✓ Eviter toute situation de promiscuité
- ✓ Respecter la distanciation physique (au moins 2 mètres)
- ✓ Aérer régulièrement les lieux (au moins 10 minutes 2 à 3 fois par jour)



- ✓ Si ces conditions ne peuvent être réunies, **MASQUEZ-VOUS !**



- ✓ N'oubliez pas le grand danger des pratiques inadaptées,
- ✓ Attention aux faux sentiments de sécurité,
- ✓ Rappelez-vous que toutes les mesures barrières sont efficaces si elles sont correctement appliquées tout le temps. Ne baissez pas la garde !