

Cas asymptomatiques, pré-symptomatiques et signes et symptômes bénins de la COVID-19

Communication sur les risques et participation Communautaire

Contexte

À ce jour, plus de 50 % des pays africains ont notifié des cas de transmission communautaire de la COVID-19. À l'observation, certaines des personnes infectées présentent des symptômes et tombent malades, tandis que d'autres sont infectées sans pour autant manifester de symptômes. Les données montrent que les personnes qui ne présentent pas de symptômes et ne sont pas malades peuvent transmettre la COVID-19, ce qui suscite l'inquiétude des experts en santé publique. Les problèmes supplémentaires au niveau communautaire résultent de la croyance selon laquelle seules les personnes qui présentent des symptômes peuvent transmettre la maladie. Pour remédier à une telle situation, il est essentiel de porter une attention toute particulière aux cas asymptomatiques et pré-symptomatiques de la COVID-19 afin de communiquer des messages appropriés permettant de prévenir et de réduire le risque de transmission au niveau communautaire.¹

Qu'est-ce qu'un cas asymptomatique de COVID-19 ?

Les cas asymptomatiques de COVID-19 sont des personnes infectées par le SRAS-COV-2 mais qui ne présentent pas de symptômes de COVID-19. Ces personnes ont été testées positives au SARS-COV-2, mais n'ont pas développé de symptômes tels que fièvre, toux ou difficultés à respirer. Elles peuvent être dans le déni de leur état d'infection ou mettre en doute la validité des méthodes de test. Elles ont donc tendance à refuser ou à ignorer tout conseil en matière de respect des mesures de santé publique visant à prévenir la transmission de la

¹Zhou P, Yang X-L, Wang X-G, et al. Discovery of a novel coronavirus associated with the recent pneumonia outbreak in humans and its potential bat origin. bioRxiv 2020.

maladie à d'autres membres de leur famille, à leurs amis et à la communauté.

Qu'est-ce qu'un cas présymptomatique de COVID-19 ?

Les cas présymptomatiques de COVID-19 sont des personnes infectées qui peuvent transmettre le virus à d'autres personnes bien avant de présenter les signes et symptômes de la COVID-19. Ces personnes sont susceptibles de transmettre la COVID-19 quelques jours (2 à 3) avant l'apparition des signes et symptômes, et cette période est appelée phase présymptomatique ou latente. Les cas présymptomatiques développent plus tard des signes et symptômes de la COVID-19, mais pourraient avoir déjà transmis la maladie à d'autres personnes sans le savoir.

Cas bénins de COVID-19

Certains cas de COVID-19 peuvent présenter des signes et symptômes bénins, mais sont susceptibles d'infecter d'autres personnes. L'attitude généralement observée qui consiste à attendre l'apparition de symptômes allant d'un niveau modéré à sévère avant de prendre des mesures préventives constitue un danger pour la santé des autres. La COVID-19 peut être transmise par des patients présentant ou non des symptômes.

Communication sur les risques et actions de participation communautaire

Les cas asymptomatiques, pré-symptomatiques et les cas présentant des signes et symptômes bénins doivent être clairement expliqués aux agents de santé et au public. Le but est de les inciter à toujours respecter les mesures sociales et de santé publique recommandées.

Leur entourage est exposé au risque d'infection s'ils sont porteurs du virus sans le savoir. Il est donc nécessaire de les sensibiliser afin qu'ils puissent se protéger et protéger les autres.

Les équipes chargées de la communication sur les risques et de la participation communautaire doivent correctement expliquer les cas asymptomatiques, présymptomatiques, ainsi que les cas présentant des signes et symptômes bénins, de manière d'une part à permettre à tout le monde de bien les comprendre, et d'autre part à susciter la confiance et la participation de toutes les parties prenantes, y compris les membres de la communauté. Les mesures de santé publique énumérées ci-après sont recommandées pour réduire au minimum la transmission.

Pratiquer l'hygiène des mains

La COVID-19 se propage principalement par des gouttelettes respiratoires provenant de personnes infectées et qui se déposent directement sur la bouche, le nez ou les yeux, ou par contact avec une personne infectée ou avec des objets ou des surfaces contaminés. Ainsi, vos mains peuvent véhiculer le virus sur d'autres surfaces ou dans votre bouche, dans votre nez ou dans vos yeux. L'hygiène des mains est l'une des mesures de prévention les plus efficaces que vous pouvez pratiquer pour réduire la propagation de la COVID-19. Chacun de nous peut jouer un rôle déterminant dans la lutte contre la COVID-19 en pratiquant régulièrement l'hygiène des mains dans notre vie quotidienne. Se laver systématiquement les mains à l'eau et au savon pendant au moins 40 secondes ou les désinfecter avec une solution hydralcoolique pendant au moins 20 secondes après avoir touché des surfaces ou des objets utilisés par d'autres personnes.

Maintenir une distance physique par rapport aux autres personnes

Le virus peut se transmettre directement d'une personne à l'autre lorsqu'un cas de COVID-19 tousse ou éternue en laissant s'échapper des gouttelettes qui atteignent le nez, la bouche ou les yeux d'une autre personne. Il est difficile d'identifier ou de savoir qui est infecté par la COVID-19. Aussi est-il recommandé d'éviter tout contact étroit avec quiconque, en particulier avec des personnes qui ne vivent pas dans la même maison que vous. Rester à domicile autant que possible et ne sortir qu'en cas de nécessité avérée.

Observer les règles d'hygiène en cas de toux ou d'éternuement

Lorsque vous tousssez ou vous éternuez, couvrez-vous la bouche et le nez avec le pli de votre coude ou utilisez un mouchoir jetable. Immédiatement après usage de celui-ci, jetez-le dans une poubelle à couvercle et lavez-vous les mains. Cette action permet d'éviter de contaminer d'autres personnes.

Porter un masque de protection

Le port d'un masque de protection propre empêche les gouttelettes respiratoires d'atteindre votre visage ou celui d'une autre personne lorsque l'un d'entre vous tousse, éternue, parle ou chante. Placez le masque avec précaution, en vous assurant qu'il couvre votre bouche, votre nez et votre menton. Fixez-le solidement à l'arrière de votre tête à l'aide de la lanière prévue à cet effet, de manière à réduire le plus possible tout espace entre le visage et le masque. Évitez de toucher la surface du masque lorsque vous le portez et remplacez-le par un nouveau masque propre et sec dès qu'il devient humide. Pour une

protection efficace contre l'infection à COVID-19, vous devez associer le port du masque à d'autres mesures de protection telles que l'hygiène des mains et la distanciation physique (éviter les foules). Les masques en nylon et en polyester sont plus efficaces que ceux en coton ou en gaze.

Si vous optez pour un masque non médical, il est recommandé de choisir un masque à travers lequel vous pouvez facilement respirer, et qui soit composé de plusieurs couches, y compris une couche intérieure en matière absorbante telle que le coton.

- Lorsque vous portez un masque, assurez-vous que vous pouvez respirer facilement à travers celui-ci.
- N'utilisez pas de masque monocouche.
- Choisissez des matières qui peuvent être lavées régulièrement à haute température.
- Un masque en tissu doit de préférence être composé, en termes de couches et de matières :
 - d'une couche intérieure en matière absorbante, telle que du coton ;
 - d'une couche intermédiaire en matière non tissée, telle que du polypropylène ;
 - d'une couche extérieure en matière non absorbante, telle que du polyester ou un mélange de polyester.