



## REMARQUES FONDAMENTALES

### “LES VIRUS ET NOUS”

L'urgence sanitaire qui a touché le monde entier pendant les derniers mois et qui va inévitablement changer notre quotidien à l'avenir, a conduit à la création de ce nouvel outil pédagogique. Le but de «Les Virus et Nous» est de fournir aux parents, aux enseignants et aux jeunes étudiants une série d'informations scientifiques de qualité et permettant de comprendre plus facilement l'épidémie de COVID-19 pour vivre les mois qui viendront avec moins d'anxiété. Vous trouverez ci-dessous une liste des quelques grands sujets traités plus en détail dans la présentation.

#### Virus et Coronavirus : la contagion

<b>Qu'est-ce que c'est un virus ?</b>	Il s'agit d'un agent pathogène microscopique. Les virus sont à l'origine de nombreuses maladies telles que la varicelle, la rougeole, Ebola... Les antibiotiques n'ont aucun effet contre les virus.
<b>Différence entre les bactéries et les virus</b>	Contrairement aux bactéries, le virus n'est pas une entité biologique autonome, c'est-à-dire qu'il ne peut pas vivre sans trouver un hôte. Il ne peut se reproduire qu'en devenant un parasite d'une autre cellule. Par conséquent, il ne peut pas être considéré en tant qu'un organisme vivant.
<b>Qu'est-ce que le Coronavirus et quelle est sa taille ?</b>	Les Coronavirus constituent une énorme famille de virus. La taille du Coronavirus COVID-19 est environ 10 000 fois plus petite qu'un millimètre.
<b>Transmission des virus</b>	On peut être infecté en étant en contact avec une personne malade. Certains individus peuvent être positifs au virus sans être malades et, par conséquent, nous parlons de "porteurs sains de la maladie".
<b>Quels sont les symptômes qu'on peut avoir si on a attrapé le Coronavirus ?</b>	Fièvre, toux, maux de tête, perte de goût et d'odorat, difficulté à respirer.

<b>La toux facilite la transmission des maladies respiratoires</b>	La toux et les éternuements peuvent envoyer jusqu'à 3000 gouttelettes à une distance de 1,80 m et à une vitesse de 80 km/h. Certaines gouttelettes peuvent tomber sur des objets ou pénétrer dans les voies respiratoires profondes d'autrui.
--	---

<b>Éviter la contagion</b>	
<b>Les gestes utiles</b>	Porter un masque, des gants jetables, se laver souvent les mains, désinfecter les surfaces (poignées, téléphones portables...)
<b>La distance de sécurité</b>	Conserver une distance d'au moins 1 mètre entre nous et les autres. Éviter d'embrasser, de tenir la main et de créer des «rassemblements» de personnes.
<b>Le confinement</b>	Rester chez soi a été une mesure prise pendant la phase critique de l'épidémie pour éviter la propagation du virus et la surcharge des hôpitaux.
<b>Le test virologique PCR</b>	Le test détecte si le matériel génétique du virus est présent dans les voies respiratoires et est effectué sur des écouillons de sécrétions nasale et pharyngée. Le résultat est connu rapidement (en quelques heures).
<b>De quelle façon notre corps combat les infections ?</b>	Grâce au système immunitaire, certains globules blancs reconnaissent les virus et envoient des anticorps pour les combattre : le corps devient ainsi immunisé contre ce virus.

<b>L'avenir de notre planète</b>	
<b>Que faire pour mieux résister aux maladies ?</b>	<p><b>En tant qu'individus</b> : prendre soin de nous en essayant de respirer un air pur, de manger des aliments sains, de bien dormir...</p> <p><b>En tant que société</b> : réduire la pollution de l'air (liée au trafic, aux industries, à l'agriculture...). Adopter des façons de vivre plus saines et devenir des consommateurs écoresponsables.</p>
<b>Pourquoi y a-t-il un lien entre notre mode de vie et l'épidémie de coronavirus?</b>	Nos habitudes polluent et appauvrissent l'environnement en détruisant les ressources naturelles et la biodiversité. Tout cela nous rend plus vulnérables aux épidémies.

**Quels sont les problèmes environnementaux qui nécessitent notre intervention rapide ?**

Le changement climatique, la disparition de la biodiversité, la faim dans le monde sont parmi les problèmes les plus urgents à résoudre.