

26 FÉVRIER 2020



Fédération Française de la Retraite Sportive

## Coronavirus et activités dans les clubs

**Y a-t-il des précautions à prendre en raison de la possibilité de pandémie due au virus 2019-nCov ? Faut-il envisager d'arrêter nos activités, nos regroupements, changer nos habitudes ? Ces questions posées à la Fédération sont le reflet des préoccupations d'un certain nombre d'entre vous qui s'interroge sur les conséquences du coronavirus dans le déroulement des activités de leur club.**

### La situation internationale et en France

Pour le Ministère de la santé, il n'y a pas actuellement de chaîne de transmission active en France. La stratégie de réponse mise en œuvre au niveau national vise à freiner l'introduction et la propagation du virus sur le territoire. Elle implique pour cela la détection et la prise en charge précoce des cas et des personnes contacts.

La zone d'exposition à risque au 25/02/20 concerne la Chine continentale, Hong Kong, Macao ainsi que Singapour, la Corée du Sud et l'Italie du Nord (Lombardie, Vénétie).

Pour suivre l'évolution de la situation épidémiologique internationale, [consultez le site de Santé publique France](#), régulièrement mis à jour.

Seules les personnes revenant de ces zones sont soumises à une surveillance pendant une période de 14 jours (cette période pourra évoluer en fonction des constats de transmission).

## **Et dans vos clubs ?**

Il n'y a aucune raison de modifier les activités dans vos clubs, où le risque de transmission de la grippe est actuellement plus élevé que celui de transmission du coronavirus.

Cependant, toute personne ayant séjourné dans les pays de la zone d'exposition à risque doit s'abstenir pendant 14 jours de fréquenter son club, en vertu du principe de précaution. Faire preuve de bon sens en ayant toujours le souci de prendre soin de soi et des autres, tel pourrait être le slogan de la Fédération pendant cette période d'épidémie.

Il est bien entendu utile de rappeler à l'ensemble des licenciés :

- les règles de base d'hygiène : lavage fréquent des mains, utilisation de gel hydro-alcoolique, mouchoirs à usage unique, éternuements en protégeant son visage avec le coude, port d'un masque de protection par la personne malade si elle est en contact avec des personnes, notamment fragiles (bébés, personnes âgées...),
- l'utilité de la vaccination contre la grippe et d'autres mesures de prévention (alimentation équilibrée, prise de vitamine D...),
- la recommandation de ne pas pratiquer une activité physique lorsqu'on a de la fièvre.

## **Le coronavirus : un point deux mois après son apparition en Chine**

### **Qu'est-ce que le coronavirus ?**

Les coronavirus sont une grande famille de virus ARN qui tirent leur nom de leur capsule en forme de couronne. Ils étaient considérés jusqu'en 2002 bénins pour l'homme.

La donne a changé avec la survenue d'épidémies impliquant des coronavirus émergents, hébergés par des animaux et soudain transmis à l'homme.

### **Comment le virus se transmet-il ?**

La contamination est essentiellement aérienne, par les postillons. On considère que des contacts étroits sont nécessaires pour transmettre la maladie.

### **Quels sont les principaux symptômes ?**

Après une incubation de 7 à 14 jours apparaît une symptomatologie de type grippe. Dans les cas sévères (personnes vulnérables/immunodéprimées), le patient peut présenter une détresse respiratoire aiguë, une insuffisance rénale aiguë ...

### **Comment se fait le diagnostic ?**

Un examen biologique spécifique est nécessaire à la confirmation de l'infection au 2019-nCoV. Le test est en cours de déploiement dans un laboratoire pour chaque département.

## Peut-on prévenir la maladie ?

Le virus n'ayant jamais circulé, personne n'est *a priori* protégé spontanément. Il n'y a pas de vaccin disponible.

Comme pour la grippe saisonnière, les mesures barrières permettent de limiter la propagation des virus (tousse dans son coude, mouchoirs à usage unique, lavage des mains ...). Le port de masque chirurgical est préconisé pour les malades symptomatiques.

## Quels sont les traitements disponibles ?

Il n'y a pas de traitement spécifique. En attendant, le traitement est symptomatique.

## LE 15, ÉPICENTRE DE LA PRISE EN CHARGE EN FRANCE

Toute personne présentant une infection respiratoire aiguë (fièvre, toux, essoufflement) dans les 14 jours suivant un séjour dans l'un des pays de la zone d'exposition à risque est invitée à rester chez elle et à appeler le 15 qui décidera de la conduite à tenir (ne pas aller aux urgences pour éviter la contamination).

Au SAMU, des professionnels sont formés à la prise en charge. Les patients sont classés en cas « possibles » ou « exclus ». Les cas possibles sont orientés vers les hôpitaux de référence et mis en isolement jusqu'au résultat du test biologique.

## Et au fait, qu'est-ce qu'un virus ?

Par analogie avec les virus qui pénètrent accidentellement dans nos ordinateurs et peuvent détruire ou paralyser tout un système, la capacité de diffusion de ces agents infectieux à l'intérieur de notre organisme est également redoutable. On a tous en mémoire la grippe « espagnole » qui occasionna 40 millions de morts en 1918-1919, soit plus que la Grande Guerre.

Un virus est un organisme microscopique composé d'une enveloppe protéique contenant du matériel génétique (ADN ou ARN). Après avoir pénétré dans nos cellules, il va utiliser la machinerie cellulaire pour se reproduire afin d'aller infecter d'autres cellules. Il ne peut vivre qu'en parasite et ne survit que quelques jours en dehors d'un organisme vivant, sur des surfaces inertes comme les poignées de porte, les téléphones portables, les billets de banques... Ces micro-organismes méritent à peine l'appellation d'êtres vivants du fait de leur structure rudimentaire mais leurs capacités d'adaptation, de survie, de reproduction les placent dans cette catégorie.

Ils sont 1000 fois plus petits que les bactéries, ce qui explique qu'ils n'ont été découverts que tardivement (1930) grâce à la mise au point du microscope électronique.

## Comment se propagent-ils ?

Ils se transmettent d'un individu à un autre d'une manière générale dans une même espèce, mais parfois ils franchissent cette barrière de l'espèce et passent de l'animal à l'Homme, ce qui est le mécanisme de l'émergence de nouvelles épidémies. Les

voies de transmission sont respiratoires, digestives, sexuelles. Une fois dans l'organisme, ils se divisent en infectant les cellules, qui en meurent.

### **Quels sont les maladies virales ?**

Outre la rage et la variole qui sont à l'origine de la découverte de la vaccination, respectivement par Pasteur et Jenner, citons la grippe, les gastro-entérites la poliomyélite, la rougeole, la rubéole, les oreillons, les hépatites A, B, C..., l'herpès, le zona et bien sûr le SIDA (virus de l'immuno- déficience humaine = HIV).

### **Quels sont les médicaments dont nous disposons ?**

Les antibiotiques sont totalement inefficaces ; quelques médicaments antiviraux ont été mis au point notamment contre le HIV.

### **Pour finir sur une note positive !**

Des virus peuvent être utilisés :

- Pour détruire des bactéries résistantes aux antibiotiques (ils sont dits bactériophages).
- Dans les thérapies géniques qui sont des techniques très prometteuses. Elles consistent à introduire du matériel génétique (ADN ou ARN) au cœur des cellules d'un individu pour corriger une anomalie responsable d'une maladie. On modifie en laboratoire ces virus pour qu'ils aillent s'incorporer au génome des cellules porteuses de l'anomalie à traiter.

De nombreux essais cliniques sont réalisés dans le monde entier, ciblant des maladies rares dans différents domaines (ophtalmologique, neurologique, cardiologique...) ainsi que certains cancers.

La Commission médicale

Destinataires :

- Licencié(e)s,
- Présidents Corers, Coders, Clubs,
- Comité directeur,
- Direction technique nationale,
- Siège

12 rue des Pies • CS 50020 • 38361 Sassenage Cedex

Tél. : 04 76 53 09 80

[accueil@federetraitesportive.fr](mailto:accueil@federetraitesportive.fr) • [www.federetraitesportive.fr](http://www.federetraitesportive.fr)

Agrément N° 34 S 206 Association reconnue d'Utilité Publique

Immatriculation Registre Opérateurs de Voyages N° IM038120032

Cet email a été envoyé à [lacazote@sfr.fr](mailto:lacazote@sfr.fr), cliquez ici pour vous désabonner.

Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, modifiée par la loi du 6 août 2004, et les dispositions du règlement n° 2016/679 Règlement général de protection des données personnelles, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de suspension, d'opposition et de suppression de toute information vous concernant figurant dans nos fichiers. Pour cela, vous pouvez nous contacter à : [accueil@federetraitesportive.fr](mailto:accueil@federetraitesportive.fr) ou à FFRS – 12 rue des Pies – CS 50020 – 38361 Sassenage Cedex.