

# OMS BURUNDI NEWS

Août 2022



## EDITORIAL

Chers lecteurs, chères lectrices et chers partenaires !

L'hépatite virale est une maladie qualifiée d'épidémie silencieuse qui fait des ravages partout dans le monde et aussi sur notre continent. Plus de 91 millions d'Africains vivent avec l'hépatite B ou l'hépatite C, qui sont les souches les plus mortelles du virus, comme l'indique un tableau de bord de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), publié en prélude à la Journée mondiale contre l'hépatite célébrée par la communauté internationale le 28 juillet de chaque année. Au Burundi cette commémoration a eu lieu le 05 août avec l'appui technique et financier de l'OMS. Dans ce numéro de OMS BURUNDI NEWS que vous tenez dans vos mains, nous revenons sur les temps forts de la célébration de l'édition 2022 de la Journée mondiale de l'Hépatite.

Au chapitre des initiatives du gouvernement burundais et des acteurs non étatiques que le Bureau Pays de l'OMS a soutenues au cours du mois d'août 2022, nous pouvons citer l'atelier de sensibilisation des jeunes et adolescents sur la santé sexuelle reproductive, la vaccination, le VIH, le planning familial, et les violences basées sur le genre et la commémoration de la journée africaine de promotion de la médecine traditionnelle célébrée le 31 août. Toujours au cours de ce huitième mois de l'année, marqué aussi par la tenue, au Togo, du 22 au 26 août 2022, de la 72ème session du Comité Régional de l'OMS pour l'Afrique, nous avons aussi eu un double honneur, d'abord de recevoir la visite de notre homologue de l'ONUFEMMES, Mme Clara M.W. ANYANGWE, puis d'être reçu à notre tour par la première vice-présidente de l'Assemblée Nationale du Burundi. Avec chacune des deux personnalités nous avons passé en revue les différents axes de coopération et échangé sur les possibilités de renforcement des interventions conjointes pour le bien-être de la population Burundaise. Les moments clés de ces rencontres et des différentes activités sont retracés dans cette nouvelle parution de OMS BURUNDI NEWS que je vous demande d'accueillir toujours avec le même enthousiasme et la même fidélité.

Bonne lecture et surtout que la santé soit avec vous.

**Dr Xavier CRESPIN**  
Représentant OMS BURUNDI.

## SOMMAIRE OMS BURUNDI NEWS

- **72<sup>ème</sup> Session du Comité Régional de l'OMS pour l'Afrique : Un important forum pour relever les défis majeurs de la santé sur le continent !**
- **Célébration de la Journée Africaine de promotion de la Médecine Traditionnelle**
- **Actualisation et validation du protocole de prévention contre la COVID-19.**
- **L'OMS œuvre pour la promotion du bien-être et de la santé sexuelle et reproductive au Burundi .**
- **Célébration de la journée mondiale de l'hépatite.**
- **Atelier d'élaboration du Plan Directeur 2022-2027 de lutte contre les maladies tropicales négligées (MTN).**

## DR XAVIER CRESPIEN RECOIT MME ANYANGWE DE L'ONUFEMMES



Le Représentant de l'OMS BURUNDI, Dr Xavier CRESPIEN a reçu dans l'après-midi du 1 août 2022, la visite de Mme Clara M. W. Anyangwe, Représentante Pays de l'ONUFEMMES. Les deux homologues ont passé en revue les différents axes de coopération et échangé sur les possibilités de renforcer les interventions conjointes pour le bien-être de la population Burundaise.

Dr Xavier CRESPIEN (OMS) recevant Mme Clara Anyangwe (ONUFEMMES).

## DR XAVIER CRESPIEN VISITE L'HOPITAL DE DISTRICT DE KAMENGE

Le Représentant de l'OMS au Burundi a visité le 4 août 2022 l'Hôpital de District de Kamenge où se déroulait une campagne de dépistage volontaire des hépatites virales B et C, organisée par le MSPLS avec l'appui de l'OMS. L'objet de cette visite de Dr. Xavier CRESPIEN était de s'enquérir des conditions de déroulement de cette campagne et encourager les volontaires et toute la population, surtout les femmes enceintes à se faire dépister massivement pour leur santé et celle de leur enfant.

Cette campagne de dépistage volontaire des Hépatites B et C était organisée dans le cadre de la commémoration de la Journée mondiale de l'Hépatite qui dont l'édition 2022 a été célébrée au Burundi le 5 août au jardin public de Bujumbura.



Dr Xavier CRESPIEN inspectant le registre des agents-préleveurs.



Dr Xavier CRESPIEN échangeant avec les agents de santé, lors de la campagne de dépistage.



Séance de prélèvement pour le dépistage.

## CELEBRATION DE LA SEMAINE AFRICAINE DE LA MEDECINE TRADITIONNELLE, EDITION 2022



Vue du présidium lors de la célébration de la Journée africaine de la médecine traditionnelle.

Ce 31 août le Burundi, comme plusieurs autres pays du continent, célèbre la Journée africaine de la médecine traditionnelle pour faire reconnaître sa contribution essentielle à la santé et au bien-être de plusieurs générations de Burundais et Burundaises.

Le thème choisi cette année est : « Deux décennies de la Journée africaine de la médecine traditionnelle : progrès accomplis vers la réalisation de la couverture sanitaire universelle en Afrique ».

Ce thème offre ainsi l'occasion de réfléchir sur les progrès accomplis pour donner une meilleure place à la médecine traditionnelle africaine dans les systèmes nationaux de santé.

Le rôle de l'OMS est de mieux faire reconnaître la médecine traditionnelle, d'aider à son intégration dans les systèmes de santé nationaux en fonction des conditions de son utilisation dans les pays, en fournissant orientations et informations pour son utilisation efficace.

Ainsi, depuis l'instauration de cette célébration en 2003, l'OMS a mis en œuvre sur le continent des stratégies pour la promotion et le renforcement du rôle de la médecine traditionnelle dans les systèmes de santé pour les périodes 2001-2010 et 2013-2023.

L'OMS saisit l'occasion de cette Journée africaine de la médecine traditionnelle pour exhorter les gouvernements à renforcer la collaboration entre les institutions scientifiques, technologiques et d'innovation, les tradipraticiens et le secteur privé.

L'objectif de cette exhortation est de faciliter l'accélération de la recherche-développement et la fabrication locale de traitements issus de la médecine traditionnelle pour la santé et le bien-être des populations.



Quelques produits de la pharmacopée burundaise exposés lors de la JAMT.

## 72<sup>EME</sup> SESSION DU COMITE REGIONAL DE L'OMS POUR L'AFRIQUE : UN IMPORTANT FORUM POUR RELEVER LES DEFIS MAJEURS DE LA SANTE SUR LE CONTINENT !



Photo de famille des participants à la RC72 à Lomé (Togo) .

La principale réunion de la Région sur la santé publique, qui se tient tous les ans, s'est consacrée aux mesures visant à alléger le fardeau des maladies. Elle s'est également focalisée sur les moyens d'endiguer les facteurs de mauvaise santé et a adopté des stratégies pour promouvoir le bien-être des populations.

Cette réunion, la première en présidentiel depuis le début de la pandémie de COVID-19, s'est tenue du 22 au 26 août à Lomé, la capitale du Togo. Chef de file dans la Région pour les alternatives innovantes de riposte aux problèmes de santé, le Togo est le premier pays au monde à être validé par l'OMS pour avoir éliminé quatre maladies tropicales négligées :

La filariose lymphatique (plus connue sous le nom d'éléphantiasis), la trypanosomiase humaine africaine (ou maladie du sommeil), le trachome (une infection de l'œil qui peut provoquer une cécité irréversible) et le ver de Guinée.

Pendant les cinq (05) jours d'assises, les Ministres de la santé et les délégués au Comité régional ont discuté, adopté des stratégies clés et lancé des campagnes pour accentuer la prévention des maladies. Ils ont adopté des mesures pour renforcer la riposte aux urgences et promouvoir l'utilisation de solutions technologiques afin de relever les défis sanitaires, tout en s'appuyant sur les leçons tirées de la réponse à la

pandémie de COVID-19. Par ailleurs, les participants à cette importante réunion sur la santé en Afrique ont également procédé à l'adoption d'une stratégie régionale pour la sécurité et les urgences sanitaires ; au lancement d'une nouvelle campagne régionale pour prévenir la drépanocytose ; l'adoption d'une stratégie régionale pour répondre aux Maladies Non Transmissibles sévères et chroniques ; au lancement d'une nouvelle campagne régionale pour prévenir la drépanocytose. A tout cela s'ajoutent des événements spéciaux consacrés à la COVID-19 et à la reconstruction de systèmes de santé résilients ; à la polio et la riposte rapide, ainsi qu'un appel à l'action sur la prévention de la tuberculose chez les enfants dans la Région africaine.

Environ 700 participants, parmi lesquels des agences des Nations unies, des organisations non gouvernementales, la société civile, des partenaires du monde universitaire et de l'aide au développement, ont pris part en présentiel ou en ligne à ces assises de Lomé.

Le Comité régional est l'organe décisionnel de l'OMS dans la Région. Il se réunit tous les ans pour discuter et adopter les politiques, les activités et les plans financiers régionaux afin d'améliorer la santé et le bien-être des populations.

## POUR UNE MEILLEURE ANALYSE DES DONNEES DE SURVEILLANCE EPIDEMIOLOGIQUE : L'OMS CONTRIBUE AU RENFORCEMENT DES CAPACITES DES CADRES DE DISTRICTS SANITAIRES

Du 24 au 26 août 2022, les équipes cadres de 19 Districts sanitaires sont réunis à Ngozi pour un atelier de renforcement des capacités sur l'analyse et l'interprétation des données de surveillance épidémiologique pour la riposte aux flambées de paludisme au niveau opérationnel.

Les participants se sont familiarisés avec les concepts clé de surveillance du paludisme. Ils ont acquis des compétences pour utiliser les outils de surveillance dans l'analyse des tendances.

Les acquis de cet atelier serviront aux participants de mettre à jour les données des districts sanitaires (DS) et prendre des décisions locales en rapport avec les actions pertinentes de réponse aux recrudescences de paludisme. La surveillance du paludisme est l'un des 3 piliers techniques de la Stratégie Technique Mondiale



Vue d'ensemble des participants.

(STM) 2016-2023 de l'OMS. Les DS identifiés comptent parmi les plus pourvoyeurs de cas de paludisme ou ceux qui ont connu ces dernières semaines des recrudescences de cas.

## ACTUALISATION ET VALIDATION DU PROTOCOLE DE PREVENTION CONTRE LA COVID-19

Face à la persistance de la pandémie de COVID-19 et la recrudescence des cas dans le pays, MSPLS a procédé à l'actualisation du protocole national de prévention et de prise en charge médicale de la COVID-19 avec l'appui technique et financier du bureau pays de l'OMS.

A cet effet, 28 Experts nationaux du Comité scientifique ont eu à travailler, du 16 au 18 août 2022, à la mise à jour du protocole national de prévention, de diagnostic et de prise en charge de la Covid-19 sur la base des nouvelles orientations de l'OMS.

Cette actualisation va également permettre d'intégrer la prise en charge de la Covid-19 dans le paquet minimum d'activités (PMA) de toutes les formations sanitaires (FOSA) dans le cadre de la décentralisation des interventions.

Dans cette perspective, la formation au niveau national, par le comité scientifique, des prestataires de soins sur le protocole actualisé suivra pour assurer



Vue partielle des participants lors des travaux de groupe.

un traitement de qualité des personnes atteintes en vue de réduire la mortalité liée à la Covid-19 au Burundi.

## PROMOTION DU BIEN-ETRE ET DE LA SANTE SEXUELLE ET REPRODUCTIVE AU BURUNDI : L'OMS ACCOMPAGNE LES ACTEURS NON ETATIQUES A SOUTENIR LE MINISTRE DE LA SANTE PUBLIQUE ET DE LA LUTTE CONTRE LE SIDA DANS LA SENSIBILISATION DES JEUNES ET ADOLESCENTS.



Vue d'ensemble des panélistes.

« L'adolescence est le temps où il faut choisir entre vivre et mourir ». Cette citation de l'écrivain français d'origine kabyle, Hafid Aggoune, illustre bien que l'adolescence est une période cruciale de la vie où l'enfant doit faire des choix judicieux pour le reste de son existence.

Pour des millions de jeunes du monde entier, et par ricochet du Burundi, le début de l'adolescence amène non seulement des changements corporels, mais aussi de nouvelles formes de vulnérabilité aux violations des droits de la personne, notamment dans les domaines de la sexualité, du mariage ou de la grossesse.

Ce qui l'expose aux grossesses non désirées, aux avortements et accouchements à risque, ainsi qu'à la contraction d'infections sexuellement transmissibles (IST), notamment le VIH.

Face à une telle situation, il urge d'initier des mesures

idoinnes pour faire prendre aux jeunes et adolescents leurs responsabilités face à ces fléaux socio sanitaires qui menacent leur avenir et leur bien-être.

C'est dans cette dynamique que l'OMS a soutenu l'ONG Global Peace Chain pour renforcer la connaissance des jeunes et adolescents provenant de 70 Organisations de la société civile et 45 jeunes influenceurs, en matière de Santé Sexuelle et Reproductive afin de susciter leur adhésion dans la lutte contre ces phénomènes de santé publique qui peuvent compromettre leur épanouissement et leur vie.

C'est dans ce cadre que s'est tenu, du 2 au 4 août 2022 à Bujumbura, un atelier de sensibilisation des jeunes et adolescents sur la santé sexuelle et Reproductive, la vaccination, la santé mère-enfant, le planning familial, le VIH et la lutte contre les Violences basées sur le genre dans le contexte de la COVID-19.

Sous le patronage du Ministre de la santé publique et de la lutte contre le Sida, Dr Sylvie NZEYIMANA, en présence du Représentant de l'OMS au Burundi, Dr Xavier CRESPIEN et ses collègues de l'UNICEF et de l'ONU FEMMES, cet atelier fut un moment privilégié d'échanges et de partage des connaissances avec les experts du Ministère de la Santé et de l'OMS sur différentes thématiques pour dégager des solutions pouvant aider les jeunes à mieux mener une santé sexuelle et reproductive responsable et épanouissante.

Pour le Ministre en charge de la santé, cet atelier venait à point nommé, car, plusieurs « défis en matière de santé sexuelle et reproductive empêchent des jeunes et adolescents d'accomplir leur véritable potentiel. Les filles spécialement sont retirées de l'école trop tôt, elles sont vulnérables à la violence sexuelle et à des relations sexuelles sous contrainte, et soumises à des pratiques nuisibles. Elles sont confrontées à des grossesses avant d'atteindre la maturité physique, affective et sociale nécessaire pour devenir mères », a fait remarquer Dr Sylvie NZEYIMANA.

Elle en a profité pour lancer « un appel à l'action pour dire non aux grossesses chez les adolescentes ! Il est fondamental d'agir et de protéger la santé sexuelle et reproductive des adolescentes pour leur avenir et l'avenir de la communauté. Nous avons la responsabilité d'investir dans les adolescentes », a martelé le Ministre de la santé.

Le Représentant de l'OMS, quant à lui, s'est réjoui de la tenue de cet atelier et de son thème parfaitement aligné à la stratégie mondiale de la santé de la mère et aux objectifs du plan stratégique de la Santé Reproductive Maternelle Néonatale Infantile et Adolescent (SRMNIA) du Burundi qui vise la réduction de la mortalité des mères, des nouveau-nés, des enfants et des adolescentes d'ici 2030.

« Les objectifs sont ambitieux, mais l'OMS réitère son engagement avec les partenaires au développement à soutenir toutes les interventions visant l'atteinte de cet objectif majeur d'amélioration de la santé en se focalisant sur l'importance de la vaccination des enfants et nouveau-nés, la santé Mère-enfant et la lutte contre les VBGs dans le contexte covid-19 et à accompagner le Gouvernement du Burundi, dans

ses efforts pour amener la santé des communautés au niveau le plus élevé possible et atteindre la couverture sanitaire universelle au Burundi d'ici 2030 », a promis le Représentant de l'OMS au Burundi.

Après les deux premiers jours meublés par d'intenses échanges sur la santé sexuelle et reproductive, l'importance de la vaccination des enfants et nouveau-nés, la santé maternelle et infantile et la lutte contre les Violences basées sur le genre dans le contexte de covid-19, le 3ème et dernier jour de l'atelier fut consacré à de pertinentes discussions entre les jeunes et adolescents et un panel de haut niveau composé entre autres du Directeur du Programme National de la Santé de la Reproduction (PNSR), du Représentant de l'OMS au BURUNDI, du Coordinateur Résident des Nations Unies, du Représentant de UNFPA et du délégué de l'UNICEF au Burundi.

Cette séance a servi de tribune pour porter loin les résultats et les recommandations des Experts et des jeunes et adolescents dans le domaine de la planification familiale et la santé mère-enfant.

A en croire certains jeunes et adolescents ayant participé à ces assises, cet atelier leur a permis d'avoir plus de connaissances dans le domaine des thématiques abordées et d'être en mesure d'être des ambassadeurs de la réduction de la mortalité des mères et des enfants et des adolescentes au Burundi. Le Représentant de l'OMS, Dr Xavier CRESPIEN, en a profité pour rappeler à l'assistance les efforts conjoints menés pour répondre à la stratégie mondiale de la santé maternelle visant à améliorer, d'ici 2030, la santé sexuelle et reproductive, la santé de la mère, du nouveau-né, de l'enfant et de l'adolescent.



Vue partielle des participants.

## CELEBRATION DE LA JOURNEE MONDIALE DE L'HEPATITE

L'édition 2022 de la Journée mondiale de l'Hépatite a été célébrée le 5 août au Burundi par le Ministère de la Santé publique et de la Lutte contre le Sida avec l'appui de l'OMS en présence du Directeur du service d'offre de soins, du Représentant de la Marie de Bujumbura et de la déléguée de l'OMS.

Cette célébration a été marquée par une marche des agents du Ministère de la Santé publique et de la Lutte contre le Sida et une campagne de dépistage volontaire des #hépatites B et C qui a suscité un grand engouement de la population.

Au nom du Représentant de l'OMS, la déléguée de l'Institution a félicité le Gouvernement pour les efforts faits dans la lutte contre les hépatites virales et l'encouragé à inscrire le financement pour la prévention et la prise en charge des hépatites au rang des priorités. Elle a invité la communauté à investir dans les activités de lutte contre les hépatites et appelé la population à recourir au dépistage et au traitement de l'hépatite, car, « nous avons une responsabilité collective à œuvrer pour l'élimination de l'hépatite d'ici à 2030 ».



Séance de prélèvement lors de la campagne de dépistage.



Les cadres de MSPLS et de l'OMS lors de la marche marquant le lancement de la célébration de la Journée mondiale de l'Hépatite.

## FORMATION DES PRESTATAIRES DE SANTE SUR LA SIMR3

Dans le cadre de la mise à échelle de la Surveillance Intégrée de la Maladie et de la Riposte édition 3 (SIMR3), le Ministère de la Santé Publique et de Lutte contre le SIDA, avec l'appui de l'OMS a organisé, du 8 au 12 août 2022 à Gitega une formation des prestataires de soins de santé de Ruyigi et Rutana.

L'objectif de cette formation est de renforcer les capacités des prestataires de santé sur les maladies à potentiel épidémique au niveau opérationnel en intégrant les nouvelles innovations de la SIMR3 (surveillance électronique, surveillance syndromique, surveillance basée sur les événements) afin de répondre efficacement aux épidémies et autres problèmes de santé publique.

Le représentant de l'OMS, Dr Xavier CRESPIEN s'est rendu sur les lieux le 10 août pour s'enquérir des conditions du déroulement de la formation, exhorter les participants à l'assiduité et les rassurer de



Photo de famille des participants.

l'engagement de l'OMS à poursuivre son appui pour le bien-être de la population.



## ATELIER D'ELABORATION DU PLAN DIRECTEUR 2022-2027 DE LUTTE CONTRE LES MALADIES TROPICALES NEGLIGÉES (MTN).

Du 9 au 12 août 2022 à Gitega, les cadres du Ministère de la Santé Publique et de Lutte contre le SIDA (MSPLS) et les partenaires de la santé se sont réunis pour élaborer le plan directeur 2022-2027 de lutte contre les maladies tropicales négligées (MTN), avec l'appui technique et financier de l'OMS.

Lors de son passage au lieu de l'activité, le Rep OMS a félicité l'équipe du MSPLS pour les étapes déjà franchies dans le processus d'élaboration de cet important document stratégique.

Il en a profité pour réitérer le soutien de l'OMS à la lutte contre les MTN en général et la finalisation du plan directeur MTN en particulier.



Photo de famille des participants.

L'élaboration de ce plan de 3ème génération est guidée par les progrès et leçons apprises au cours de la mise en œuvre du plan de 2ème génération, la stratégie sectorielle de la santé 2021-2027, par la feuille de route mondiale pour les maladies tropicales négligées 2021-2030. Au Burundi, plusieurs MTN existent et font l'objet de stratégies de lutte depuis plusieurs

années, notamment l'onchocercose, le trachome, la bilharziose, la lèpre, les geohilminthiases (verminoses intestinales) avec de progrès remarquables vers l'élimination pour l'onchocercose et le trachome. Cependant, la situation de quelques MTN comme la rage, les morsures de serpents, la gale, etc. n'est pas encore documentée.

## CELEBRATION DE LA JOURNEE INTERNATIONALE DES PEUPLES AUTOCHTONES

Le 9 août 2022, le monde entier a célébré la journée internationale des peuples autochtones. Au Burundi, cette commémoration a eu lieu à Gitega. L'OMS s'est associée à l'évènement à travers la présence aux cérémonies de son Représentant au Burundi, Dr. Xavier CRESPIN.

En effet l'OMS a toujours œuvré pour le bien-être des groupes vulnérables. C'est le cas au Burundi où l'Institution a appuyé le Ministère de la Solidarité pour améliorer le bien-être et la santé des Batwa.



Dr Xavier CRESPIN remettant des vivres aux bénéficiaires.

## DE NOUVEAUX OUTILS POUR UN SYSTEME D'INFORMATION SANITAIRE PERFORMANT AU BURUNDI

Du 8 au 12 août, Gitega a abrité la retraite des cadres de la Direction du Système National de l'Information Sanitaire (DSNIS) et ceux du Programme national intégré de lutte contre la tuberculose (PNILT) pour améliorer la disponibilité et la qualité des données sur la tuberculose et la lèpre.

Au cours de cette retraite, appuyée par l'OMS, les nouveaux outils du système d'information sanitaire du PNILT seront présentés et validés par les participants, puis intégrés dans le District Health Information System-2 qui est une plate-forme en ligne du Ministère de la Santé.



Photo de famille des participants avec au milieu le Dr Xavier CRESPIN.

## ATELIER DE VALIDATION DU PROTOCOLE D'ANALYSE DES FACTEURS DE RISQUE DES MNT.

Dans le cadre de l'analyse de l'ampleur des facteurs de risque des Maladies Non Transmissibles (MNT) au Burundi, le comité technique s'est réuni le 3 août 2022 au King's Conférence Centre de Bujumbura.

Le but de cette réunion qui a rassemblé chercheurs de l'Université du Burundi, cadres du Ministère de la Santé et de la lutte contre le SIDA et de l'OMS est de procéder à la validation du protocole d'analyse qui se déroulera dans les cinq provinces du projet Résilience.



Le présidium lors de l'atelier.



Vue partielle de quelques participants.

### Directeur de Publication

Dr Xavier CRESPIN, Représentant OMS BURUNDI

### Rédacteur-en-chef

Abd Razzack SAIZONOU, Communication Officer

### Rédacteur-en-chef adjoint et Graphiste

Grâce Ntahiraja, Assistante Communication

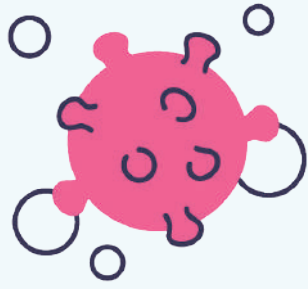
### Conseiller à la rédaction

Dr Yao Kouadio Théodore

### Collaboration

Dr. CIZA Alphonse  
Dr Brigitte NDELEMA  
Dr Eugénie NIANE  
Dr Dismas BAZA  
Dr Donatien BIGIRIMANA  
Dr Jérôme NDAHURUTSE

# ALERTE COVID-19 !



La COVID-19 affecte les individus de différentes manières. La plupart des personnes infectées développent une forme légère ou une forme modérée de la maladie et guérissent sans hospitalisation.

## PROPAGATION DE LA COVID-19

Le virus qui entraîne la COVID-19 se transmet principalement par des gouttelettes produites lorsqu'une personne infectée tousse, éternue, ou lors d'une expiration. Ces gouttelettes sont trop lourdes pour rester dans l'air et tombent rapidement sur le sol ou sur toute surface proche.

Vous pouvez être infecté en respirant le virus, si vous êtes à proximité d'une personne malade, ou en touchant une surface contaminée puis vos yeux, votre nez ou votre bouche.

### Symptômes les plus fréquents:

- fièvre
- toux sèche
- fatigue

### Symptômes moins fréquents:

- courbatures
- maux de gorge
- diarrhée
- conjonctivite
- maux de tête
- perte de l'odorat ou du goût
- éruption cutanée, ou décoloration des doigts ou des orteils

### Symptômes graves:

- difficultés à respirer ou essoufflement
- sensation d'oppression ou douleur au niveau de la poitrine
- perte d'élocution ou de motricité



**Si vous présentez des symptômes graves, consultez immédiatement un professionnel de santé.** Avant de vous rendre chez votre médecin ou dans un établissement de santé, contactez-les toujours par téléphone.

Les individus présentant des symptômes légers, mais qui sont par ailleurs en bonne santé, doivent se soigner chez eux.

En moyenne, l'apparition des symptômes chez une personne infectée par le virus prend cinq à six jours. Cependant, ce délai peut s'étendre jusqu'à quatorze jours.

# COMMENT UTILISER UN MASQUE ?



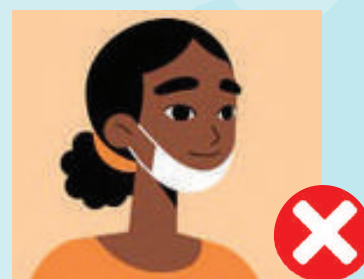
Lavez-vous les mains avant de mettre votre masque, ainsi qu'avant de l'enlever, à tout moment.



Assurez-vous qu'il couvre à la fois votre nez, votre bouche et votre menton.



Lorsque vous enlevez votre masque, lavez-le chaque jour, s'il s'agit d'un masque en tissu ou jetez-le dans une poubelle si c'est un masque médical.



**CONSIDÉREZ LE PORT DU MASQUE COMME NORMAL LORSQUE VOUS ÊTES AVEC D'AUTRES PERSONNES. POUR QUE LES MASQUES SOIENT AUSSI EFFICACES QUE POSSIBLE, IL EST ESSENTIEL DE LES PORTER ET DE LES LAVER CORRECTEMENT S'IL S'AGIT D'UN MASQUE EN TISSU OU DE LES JETER SI C'EST UN MASQUE MÉDICAL!!**