

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### CONTRE LES VIRUS DE L'HIVER, APPRENONS LES GESTES BARRIÈRES

Les virus de l'hiver font leur retour. Très contagieux, ils surviennent régulièrement sous forme d'épidémies, comme c'est le cas depuis quelques jours pour la bronchiolite et chaque année pour la grippe. Pour s'en protéger et limiter leur propagation, il est important que chacun mette en place quatre gestes simples et indispensables appelés aussi « gestes barrières ». Or ceux-ci restent encore insuffisamment appliqués\*. Afin d'encourager l'adoption de ces gestes barrières, l'Assurance Maladie, en partenariat avec le ministère des Solidarités et de la Santé et Santé Publique France, lance une nouvelle campagne de sensibilisation le 6 décembre 2019.

#### Des gestes simples pour se protéger et protéger les autres

Des gestes simples permettent de réduire la propagation des infections hivernales. « L'application des gestes barrières concerne tout autant les personnes encore non-infectées, que les personnes infectées pour éviter qu'elles ne transmettent les virus » précise le Docteur Pierre Parneix, médecin de santé publique et d'hygiène hospitalière au CHU de Bordeaux. Pourtant, les Français ne semblent pas suffisamment appliquer ces gestes essentiels :

#### Se laver les mains régulièrement



**41 %** des Français déclarent **se laver les mains systématiquement** après avoir pris les transports en commun et **39%** en arrivant à leur domicile\*.

Pourtant 80% des microbes se transmettent par les mains\*\*.



#### Utiliser un mouchoir à usage unique



**25 %** des Français déclarent **garder leur mouchoir en papier** après l'avoir utilisé\*.

Pourtant, un virus peut rester vivant jusqu'à 12 heures sur un mouchoir\*\*, autant qu'un trajet Cherbourg-Nice en voiture.



#### Tousser ou éternuer dans son coude



**33 %** des Français déclarent **tousser ou éternuer dans leur coude**\*.

Pourtant, un éternuement peut propulser des microbes jusqu'à 6 mètres\*\*, c'est presque autant que le record du monde de saut à la perche.



#### Porter un masque jetable quand on est malade



**15 %** des Français déclarent **porter un masque systématiquement ou souvent** lorsqu'ils sont malades\*.

Pourtant, une toux peut propulser des microbes à 50 km/h\*\*, une vitesse égale à celle d'un tigre en pleine course.



\*Etude BVA pour l'Assurance Maladie – Connaissance et comportement sur les gestes barrières – octobre 2019 - Etude omnibus sur Internet auprès d'un échantillon national représentatif de 1 000 personnes âgées de 18 ans et plus réalisée entre le 15 et 27 novembre 2019.

\*\* Santé Publique France

## Les virus de l'hiver, pourquoi s'en protéger ?

Rhinopharyngite, bronchite, bronchiolite du nourrisson, gastro-entérite et grippe... Chaque année, les infections virales hivernales gâchent la vie de milliers d'adultes et d'enfants et peuvent être source de complications. Dès que les virus sont en circulation, il est essentiel que chacun mette en place les gestes barrières destinés à limiter leur transmission.

Facilement transmissibles, ces virus surviennent régulièrement sous forme d'épidémies, contractées bien souvent dans les collectivités (crèches, écoles, maisons de retraite...). La transmission de ces infections hivernales peut ainsi prendre différentes formes, comme le rappelle le Docteur Pierre Parneix : « *Les modes de transmission peuvent être directs, au contact d'une personne atteinte d'une maladie respiratoire transmissible comme la grippe, qui va vous projeter directement ses particules virales en parlant ou en éternuant sans protection. Mais il y a aussi les modes indirects, qu'il ne faut pas oublier ! Répandus dans l'environnement, les virus responsables des maladies hivernales ont en effet une durée de survie qui est assez longue, de plusieurs heures à plusieurs jours. Forcément, on risque d'avoir les mains en contact avec ce virus sans s'en apercevoir, et assez naturellement, nous sommes amenés dans la journée à porter les mains à la bouche, au nez ou à se frotter les yeux.* ».



### Le saviez-vous ?

Il est encore temps de se faire vacciner contre la grippe saisonnière. C'est le premier geste de protection à adopter pour les personnes plus fragiles (personnes de 65 ans et plus, femmes enceintes et personnes atteintes d'une maladie chronique). Cependant la vaccination ne dispense pas d'appliquer les gestes barrières pour se protéger des virus de l'hiver.

## Une campagne pour faire « bouger » le grand public, au sens propre comme au figuré

En lançant une grande campagne de sensibilisation ce vendredi 6 décembre, l'Assurance Maladie souhaite faire connaître et faire adopter les gestes barrières au plus grand nombre afin de les inscrire dans le quotidien. Le dispositif prévoit la diffusion d'un film mettant en scène une chorégraphie simple, entraînante et facilement mémorisable qui emprunte les codes de la comédie musicale pour promouvoir les gestes à adopter afin de barrer la route aux virus d'hiver.

L'objectif : dédramatiser le sujet et faire en sorte que le public apprenne et s'approprie les gestes barrières. La campagne sera visible sur Internet, à la télévision ainsi qu'en affichage digital du 6 au 18 décembre.



## Accompagner chacun dans la préservation de sa santé : une mission fondamentale de l'Assurance Maladie

Parce que prévenir vaut mieux que guérir, l'Assurance Maladie intervient avant la survenue de la maladie et de ses complications et veille à accompagner les assurés qui, à certains moments de la vie, sont plus vulnérables. Pour ce faire, elle agit à trois niveaux. Tout d'abord, qu'il s'agisse de tabagisme, de surpoids, de diabète, de maladies cardiovasculaires ou de santé au travail, elle encourage les comportements favorables à la santé, avant que les pathologies apparaissent. Sa branche « risques professionnels » accorde ainsi des aides financières aux entreprises qui investissent pour renforcer la prévention (plus de 50 millions d'euros par an). Ensuite, elle soutient le dépistage et la vaccination à travers des offres spécifiques et la conduite de campagnes nationales de sensibilisation. Bien connu, le bilan bucco-dentaire gratuit (M'T dents) qu'elle propose chaque année à plus de six millions de personnes est emblématique de son action ; on sait moins qu'elle crée aussi les conditions financières (rémunération sur objectifs de santé publique) pour encourager les professionnels de santé à développer différents actes de prévention. Enfin, parce qu'il y a des moments dans la vie où une prise en charge standard ne suffit pas - grossesse, hospitalisation, maladie chronique, handicap... -, l'Assurance Maladie prend soin des personnes concernées à travers un suivi personnalisé et attentionné. Elle accompagne aujourd'hui plus de 700 000 personnes diabétiques pour les aider à mieux vivre avec leur maladie.

*Pour en savoir plus, rendez-vous sur [ameli.fr](https://ameli.fr)*