

PANDÉMIE du CORONAVIRUS COVID-19

Les Bonnes Pratiques à mettre en œuvre Chez les Footballeurs

« Ne pas gérer cette crise multiforme de manière légère »

*Pr A. NEBAB — *Pr Y. TARFANI — *Dr R. BELAOUDMOU — **Pr A. SOUKEHAL
Épidémiologistes
* CHU Bab el Oued ALGER — ** Faculté de Médecine ALGER 1



Plan

I- LES MESURES DE PRÉVENTION FACE A CETTE PANDÉMIE

En milieu du football, la mise en œuvre des mesures préventives doit être effective et réelle à tous les niveaux.

- 1- Pour tous les Footballeurs et les staffs.... page2
- 2- Les gestes « barrières » permanents PARTOUT par TOUS et pour TOUS..... page3

II- COMMENT VOUS PROTÉGER (VOUS ET... LES AUTRES)

- 1 –Adopter les bons gestes en permanence...page4
- 2 –Chaque sportif doit pouvoir disposer depage5

I - LES MESURES DE PRÉVENTION

FACE A CETTE PANDÉMIE

1-Pour tous les Footballeurs et les staffs

**** Si retour d'une Zone déclarée contaminée : Mise en isolement durant 02 semaines ; « la quatorzaine ».**

Pour les Footballeurs, les staffs techniques, administratifs et les accompagnants revenant d'une zone déclarée contaminée, Mise en « quatorzaine » pour toutes les personnes revenant de ces zones avec application de mesures contraignantes et de recommandations particulières et prélèvement de contrôle.

- Surveiller sa température deux fois par jour ;
- Surveiller l'apparition de symptômes d'infection respiratoire (toux, difficultés à respirer...);
- Se laver les mains régulièrement puis utiliser une solution hydro alcoolique pour désinfecter ses mains ;
- Éviter tout contact avec les personnes fragiles (femmes enceintes, malades chroniques, personnes âgées...); éviter de fréquenter des lieux où se trouvent des personnes fragiles (hôpitaux, maternités, structures d'hébergement pour personnes âgées...); éviter toute sortie non indispensable (grands rassemblements civils ou sportifs, restaurants, cinéma...).



**** En cas de signes d'infection respiratoire** (fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés respiratoires) dans une zone ou dans les quatorze jours suivant le retour d'une zone où circule le COVID — 19 : il n'est pas recommandé de se rendre directement chez son médecin traitant ni aux urgences.

Contactez le **3030** et signalez que vous arrivez d'une zone infectée

Éviter tout contact avec l'entourage ; **porter un masque de type chirurgical** ;
A ce stade, **les masques chirurgicaux sont réservés aux malades** « *sur prescription médicale éventuellement* ».

Les masques de protection de type FFP2 doivent être obligatoires pour le personnel de santé (**Staff médical**) dans l'exercice de ses fonctions.

Ce personnel est doté de son Équipement de Protection individuel (EPI).

2-Les gestes « barrières » permanents PARTOUT par TOUS et pour TOUS

LIMITONS LE RISQUE DE CONTAGION PAR LE COVID-19



LA TRANSMISSION DU COVID-19

Le Coronavirus se transmet par les postillons (éternuements, toux).

On considère donc qu'un contact étroit avec une personne malade, porteuse du virus, est nécessaire pour transmettre la maladie : même lieu de vie, contact direct à moins d'un mètre lors d'une toux, d'un éternuement ou une discussion en l'absence de mesures de protection quelque soit le lieu (vestiaire, terrain de jeu, transport collectif, restaurant,)



Un des vecteurs privilégiés de la transmission du virus est le contact des mains non lavées donc potentiellement infectées par le coronavirus.



Le coronavirus s'élimine également par les matières fécales. Attention ; C'est donc au niveau des toilettes que la contamination pourrait avoir lieu.



II- COMMENT VOUS PROTÉGER (VOUS ET... LES AUTRES)



1- Adopter les bons gestes en permanence



- **Se laver les mains très régulièrement à l'eau et au savon liquide doux à usage fréquent, plusieurs fois dans la journée. *L'usage du savon en morceau est proscrit.***
- **S'essuyer les mains avec un essuie-mains en papier à usage unique. *(L'usage d'insufflation d'air chaud n'est plus recommandé pour le séchage des mains. L'usage de serviette à usage collectif est proscrit).***



Le protocole du lavage des mains doit être respecté.



- **Se désinfecter les mains avec une solution hydro alcoolique** (répondant à la norme de **Virucidie selon la norme EN 14476** qui définit l'efficacité sur les virus grippaux [H1N1 ; H5N1 ; H3N2], **coronavirus, SRAS, VIH, rotavirus ; herpès ; poliovirus ; adénovirus, hépatite ; Ebola....**).
- **La solution hydro alcoolique est en distributeur mural et en flacon individuel.**

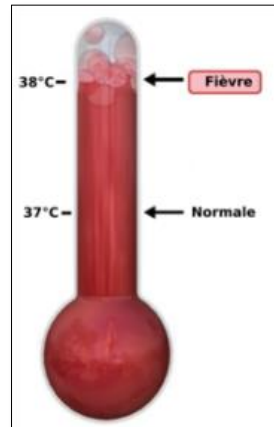


2- **Chaque sportif doit pouvoir disposer de** son flacon de solution hydro alcoolique aux normes pour son usage personnel, personnalisé et responsable à utiliser sans restriction

- ***Tousser ou éternuer dans son coude pour éviter de contaminer les autres ;***
- ***Évitez les accolades et poignées de mains pour saluer les gens***
- ***Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades ;***
- ***Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche si vous ne vous êtes pas lavé les mains +++***
- ***Utiliser en permanence des mouchoirs en papier à usage unique pour se moucher, pour tousser, pour cracher***
- ***Jeter ensuite le mouchoir dans une poubelle puis se laver les mains.***



- ***Si vous avez des symptômes à type de température élevée (38°C et plus, toux ou difficultés respiratoire, gardez une distance d'au moins 01 mètre avec vos interlocuteurs.***



- ***Si vous avez des symptômes à type de température élevée, toux ou difficultés respiratoire, restez chez vous, n'allez ni au bureau ni à l'école et évitez les endroits très fréquentés.***

Appelez le 3030



IL FAUT BLOQUER LA TRANSMISSION DU COVID-19