



# Grippe (saisonnière et aviaire)

Dernière mise à jour 2023-07-20

## Informations clés

### Différences entre la grippe saisonnière et aviaire

Il existe de nombreux virus de la grippe différents qui se propagent souvent simultanément. La grippe saisonnière est provoquée par divers virus de la grippe qui circulent ensemble chez les humains, en suivant le même schéma cyclique ou saisonnier chaque année. Bien que les virus à l'origine de la grippe saisonnière circulent en permanence, les différentes régions ont tendance à être les plus touchées à des périodes spécifiques, année après année, en fonction de leur position géographique. Par exemple, le nombre de cas de grippe saisonnière culmine généralement entre octobre et mars dans l'hémisphère nord, tandis que le pic de la maladie est en principe atteint entre avril et septembre dans l'hémisphère sud.

La grippe aviaire est un virus qui touche les oiseaux. Dans de très rares cas, un virus de la grippe aviaire peut contaminer une personne ayant des contacts très étroits avec des oiseaux. En principe, les humains ne peuvent pas transmettre la maladie à d'autres personnes. Toutefois, il existe un risque minime que le virus s'adapte et qu'il puisse ensuite être transmis facilement d'une personne à l'autre. Cette situation est dangereuse, car les individus n'auront aucune immunité contre ce virus, étant donné qu'ils n'y ont jamais été exposés par le passé. La grippe aviaire pourrait se propager rapidement et l'ensemble de la population risquerait de contracter la maladie.

Transmission : Grippe saisonnière – par voie aérienne ou gouttelettes, par contact direct ; Grippe aviaire – par contact direct ou indirect avec des muqueuses (par exemple, les yeux, le nez ou la bouche)

### **\*\* Grippe saisonnière \*\***

- Lorsque des individus infectés toussent, éternuent, se mouchent ou crachent, ils diffusent dans l'air des particules ou gouttelettes qui sont ensuite inhalées par d'autres personnes
- Contact direct ou indirect (par exemple, en s'embrassant, en utilisant le même verre ou les mêmes couverts) avec de la salive ou des mucosités nasales infectées

### **\*\* Grippe aviaire \*\***

- Contact direct ou indirect avec un oiseau infecté ou des produits contaminés provenant de son environnement, tels que des plumes ou des œufs
  - Par exemple, si une personne touche un oiseau infecté et se touche ensuite le nez, la bouche ou les yeux, elle peut contracter le virus
- Bien que ce soit rare, il y a des chances que le virus mute après avoir infecté un humain. Si une telle

situation se produit, une transmission interhumaine devient possible (selon le même mode de transmission que la grippe saisonnière)

### **Personnes les plus exposées à des conséquences graves**

- Enfants de moins de cinq ans
- Personnes âgées
- Les individus dont le système immunitaire est affaibli ou souffrant d'autres problèmes respiratoires sont les plus exposés à une forme grave

### **Personnes les plus exposées à la maladie**

- Populations déplacées et celles vivant en situation de surpeuplement

### **Symptômes**

- Toux et écoulement nasal (éventuellement toux sèche ou expectorations de mucus)
- Difficultés respiratoires
- Mal de gorge
- Douleurs musculaires
- Fièvre (dans certains cas)
- Maux de tête (dans certains cas)
- Fatigue (dans certains cas)
- Tiredness (sometimes)

## **Que pouvez-vous faire pour prévenir et lutter contre une épidémie?**

### **Surveillance communautaire et identification des personnes malades**

- Repérer et isoler les malades avant qu'ils ne transmettent la maladie à d'autres personnes

### **Traitement et prise en charge**

- Orienter les cas graves (les personnes présentant par exemple une forte fièvre, des difficultés respiratoires, une respiration rapide) vers les établissements de santé
- Prendre en charge et améliorer la situation nutritionnelle des personnes, en particulier celle des enfants
  - Encourager l'allaitement exclusif au sein pendant les six premiers mois
  - Vérifier l'état nutritionnel des enfants de moins de cinq ans (mesure du périmètre brachial), orienter les cas suspectés de malnutrition vers les établissements de santé et soutenir les programmes de nutrition

## Logements et espaces sûrs

- Réduire le surpeuplement et améliorer la ventilation dans les logements, les lieux de travail et les écoles, si possible

## Hygiène des mains et respiratoire

- Promouvoir une bonne hygiène des mains (lavage avec du savon)
- Favoriser l'hygiène respiratoire et les bons usages en cas de toux (se couvrir la bouche ou éternuer dans sa manche ou un mouchoir, se laver les mains après avoir toussé ou éternué, ne pas cracher par terre ou en public)
- Utiliser une protection personnelle (un masque par exemple)

## Mobilisation sociale et changement de comportement

- S'informer des conseils spécifiques formulés par les autorités sanitaires et les autres autorités compétentes
  - Promouvoir les pratiques sanitaires recommandées (notamment la distanciation physique)
- Donner l'exemple en suivant ces conseils et informer les membres de la communauté des conseils actuels en matière de pratiques sanitaires
- Offrir un soutien et encourager les personnes à suivre ces conseils
  - Essayer de comprendre si et pourquoi les conseils en matière de santé ne sont pas suivis
  - Sur les conseils de votre superviseur et des autorités sanitaires, travailler avec les communautés pour surmonter les obstacles au respect des conseils de santé et des pratiques recommandées

# Cartographie et évaluation de la communauté

- Réalisez une carte de la communauté.
- Indiquez les informations suivantes sur la carte :
  - Combien de personnes sont atteintes de la grippe saisonnière/aviaire ? Où ?
  - Combien de personnes en sont mortes ? Où ? Quand ?
  - Qui sont les personnes vulnérables et où se trouvent-elles ?
  - Où se situent les établissements et services de santé locaux (y compris les soignants traditionnels) ?
  - \*\* Concernant la grippe aviaire \*\* Où se situent les élevages de volailles ou les marchés aux oiseaux (y compris les marchés où l'on peut acheter des oiseaux vivants ou morts) ?
- Inscrivez les informations suivantes au dos de la carte :
- Quand se sont déclarés les premiers cas de grippe saisonnière/aviaire ?
- Combien de personnes vivent dans la communauté touchée ? Combien d'entre elles sont des enfants de moins de cinq ans ? \*\* Concernant la grippe aviaire \*\* Combien de personnes travaillent en contact direct avec des oiseaux dans les élevages de volailles, sur les marchés, etc. ?
- Est-il courant que les personnes vivent ensemble dans des espaces surpeuplés ? Les habitations, écoles et

lieux de travail sont-ils équipés d'un système de ventilation et d'aération ?

- Les enfants sont-ils gravement touchés par la grippe saisonnière/aviaire ? D'autres groupes de personnes (en fonction de l'âge, de la profession, de la zone géographique, etc.) sont-ils gravement touchés ?
- Quelles sont les habitudes, pratiques et croyances de la communauté en matière de soins et d'alimentation des malades ? Tenez compte des éventuelles différences de rôles et de responsabilités entre les hommes et les femmes.
  - Les femmes continuent-elles d'allaiter leurs enfants lorsque ceux-ci sont malades ?
- Un programme de mobilisation sociale ou de promotion de la santé est-il en place ?
- Quelles sont les sources d'information que les personnes utilisent ou auxquelles elles font le plus confiance ?
  - Des rumeurs ou fausses informations au sujet de la grippe saisonnière/aviaire circulent-elles dans la communauté ? Si oui, quelles sont-elles ?

## Actions des volontaires

- [01. Surveillance communautaire](#)
- [02. Carte de la communauté](#)
- [03. Communication avec la population](#)
- [04. Orientation vers les services de santé](#)
- [05. Protection, sécurité et bien-être des volontaires](#)
- [12. Lutte contre la fièvre](#)
- [13. Allaitement au sein](#)
- [14. Alimentation des nourrissons et jeunes enfants dans les situations d'urgence](#)
- [15. Mesure de la malnutrition aiguë dans les situations d'urgence](#)
- [17. Mesure du périmètre brachial](#)
- [19. Soutien psychosocial](#)
- [26. Bons usages en cas de toux](#)
- [27. Logement et ventilation](#)
- [28. Distanciation physique](#)
- [29. Promotion de l'hygiène](#)
- [34. Lavage des mains avec du savon](#)
- [43. Mobilisation sociale et changement de comportement](#)

# 01. Surveillance communautaire

## Aperçu

- La surveillance communautaire consiste, pour les membres de la communauté, à participer activement à la détection, au signalement, à la résolution et au suivi des problèmes de santé.
- Les informations obtenues pendant la surveillance devraient être communiquées à la section locale et aux autorités sanitaires.
- La surveillance communautaire aide à détecter les épidémies rapidement, à les contrôler et à sauver des vies.

## Ce que vous devez savoir

- Établissez une carte précise de la communauté. Vous devriez savoir où les personnes vivent et travaillent.
- Passez la communauté au peigne fin en vous rendant dans chaque maison. Si la communauté est grande, divisez le travail en sections ou zones.
- Déterminez qui est vulnérable dans la communauté. Cela vous aidera à repérer les personnes qui sont plus susceptibles de tomber malades.
- Commencez la surveillance. Cela vous permettra de communiquer des informations et messages sanitaires spécifiques, et d'aiguiller rapidement les malades vers des établissements de santé.
- Rappelez-vous que votre surveillance et votre présence dans la communauté vous permettent d'obtenir des informations qui pourraient être utiles à d'autres dans leurs activités de lutte contre l'épidémie.
- Communiquez ces informations à votre section locale, aux autres équipes de volontaires et aux autorités sanitaires. On appelle cela « faire rapport ».
- N'oubliez pas que vous devez systématiquement faire rapport. Pour éviter toute confusion, tout le monde doit suivre les mêmes méthodes pour la réalisation des rapports. Renseignez-vous auprès de votre section locale et des autorités sanitaires pour savoir quel système de rapport est le plus adapté à vos travaux et à votre situation.

## Ce que vous pouvez faire

- Établissez une carte de la communauté (voir la fiche action 02).
- Déterminez qui peut être exposé à la maladie dans la communauté.
- Familiarisez-vous avec la maladie qui pourrait être présente dans votre communauté, notamment aux signes et symptômes qui la caractérisent.
- Mettez en place des équipes de surveillance afin de rechercher activement des malades. Attribuez à chaque équipe une zone de la communauté.
- Lorsque vous repérez des personnes atteintes par la maladie, évaluez la gravité de leur état et déterminez s'ils doivent être orientés vers un établissement de santé (voir la fiche action 04).
- Si les malades peuvent être soignés à la maison, montrez à leur famille quoi faire et fournissez-leur des informations et du matériel, si possible.
- Prenez note des cas que vous rencontrez et mettez vos notes en commun avec celles des autres équipes pour obtenir une vision claire de la manière dont la maladie se propage dans la communauté.



24. Finding sick people

## 02. Carte de la communauté

### Aperçu

Une carte de la communauté permet de faire le lien entre des questions ou problèmes et des lieux particuliers, et facilite la visualisation des informations. Les cartes sont souvent plus faciles à comprendre que des longs discours.

Les cartes aident à :

- identifier les risques et l'exposition à ceux-ci :
  - Qui sont les plus exposés ?
  - À quoi sont-ils exposés ?
- mettre en évidence les problèmes et faiblesses existants (certains pourraient aggraver la menace en cours) ;
- déterminer quelles ressources de la communauté pourraient être utiles dans la gestion de l'épidémie ;
- obtenir des informations au sujet d'autres secteurs (tels que les moyens de subsistance, les abris, etc.) qui pourraient être influencés par l'épidémie, ou qui pourraient jouer un rôle utile dans la gestion de celle-ci ;
- analyser les liens entre l'exposition à l'épidémie et la propagation de celle-ci ainsi que les modèles observés à cet égard.

Il est important d'associer les membres de la communauté à l'élaboration de la carte. Cela permet à la communauté de participer activement à la protection assurée par la Croix-Rouge et le Croissant-Rouge et les volontaires.

Les cartes communautaires sont particulièrement utiles en cas d'épidémie puisqu'elles aident à voir les principaux problèmes et besoins ainsi qu'à identifier les risques et les ressources telles que les postes de santé, les véhicules d'urgence, les routes d'accès, les abris, les sources d'eau, etc. On peut utiliser les cartes pour soutenir les activités de prévention, de préparation et d'intervention dans une situation d'épidémie.

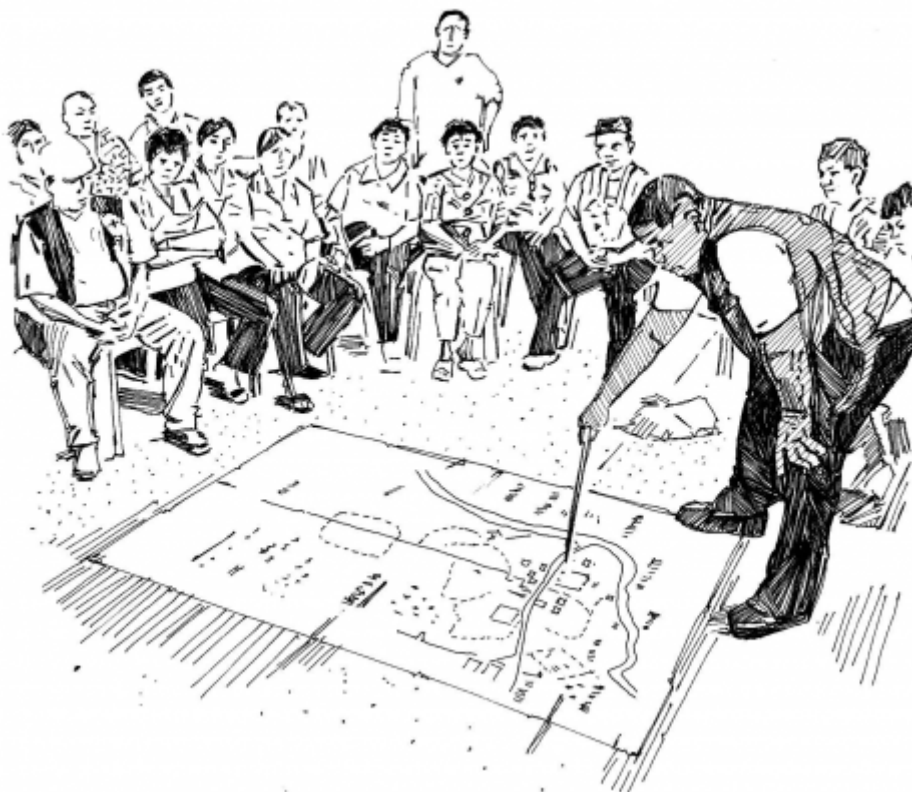
### Que faire et comment s'y prendre

#### *Réaliser une carte de la communauté*

1. Si possible, procurez-vous ou créez une carte numérique de la communauté. À défaut, vous pouvez dessiner une carte spatiale simple qui montre la communauté avec tous ses principaux points de référence. Une carte de la communauté devrait, tout en respectant les principes fondamentaux en matière de protection des données, contenir les éléments suivants.
  - L'ensemble de la communauté :
    - les concentrations d'habitants, leurs logements, et qui habite où.
  - Les principaux lieux communs/publics de la communauté,
    - tels que les écoles, centres de santé, lieux de culte, sources d'eau, marchés, etc.
  - Une localisation des personnes les plus exposées [si vous pouvez les identifier].
  - L'endroit où l'épidémie a commencé et la façon dont elle se propage [si ces données sont connues et s'il est possible de les identifier].
  - Les dangers et risques pour la santé (par exemple des décharges inappropriées, de grands sites de reproduction des vecteurs).

## Utiliser la carte de la communauté

1. Vous pouvez indiquer sur la carte les cas nouveaux ou faisant l'objet de traitements. Procédez ainsi :
  - Constituez des équipes pour couvrir les zones se trouvant sur la carte.
    - Chaque équipe, qui devrait compter avec la participation de membres de la communauté, doit récolter des renseignements au sujet de son secteur (combien y a-t-il de malades, qui est vulnérable, combien de malades ont été aiguillés vers les autorités sanitaires et toute autre information pertinente). Œuvrez avec votre responsable pour identifier les personnes les plus exposées et leur donner la priorité. Pour cela, il conviendra de délimiter géographiquement les zones exposées et, au sein de celles-ci, de cibler les personnes qui ont le plus besoin d'aide, sur la base d'une analyse de la vulnérabilité et des capacités tenant compte du genre et de la diversité.
  - Combinez les cartes des différentes équipes. Ce faisant, vous pourrez voir :
    - quelles zones de l'épidémie vous couvrez, lesquelles vous ne couvrez peut-être pas et les détails correspondant à chacune des zones. Cela vous aidera à planifier les mesures à prendre, lesquelles peuvent consister, par exemple, à : procéder à un nettoyage de l'environnement, distribuer des moustiquaires, mener des campagnes de vaccination ou toutes autres activités liées à la gestion de l'épidémie.



Élaboration d'une carte de la communauté



## 03. Communication avec la population

### Aperçu

Il peut être difficile de communiquer pendant une épidémie. Les flambées de maladies, en particulier lorsque celles-ci sont nouvelles, peuvent causer de l'incertitude, de la peur et de l'anxiété, provoquant la circulation de rumeurs, de désinformation et de mésinformation. La population ne fait pas toujours confiance aux autorités, au système de santé ou aux organisations telles que la Croix-Rouge et le Croissant-Rouge. Elle peut ne pas écouter ou croire les informations diffusées par des personnes ou organisations auxquelles elle ne se fie pas. Des individus peuvent aussi être submergés par le chagrin en raison de proches malades ou décédés.

Parfois, les communautés ont des croyances ancrées qui divergent des mesures sociales de prévention et de protection favorisées par les autorités et les fournisseurs de soins de santé. Elles peuvent croire fermement en leurs propres pratiques culturelles, en leur médecine traditionnelle ou en d'autres méthodes qui ne s'avèrent pas toujours efficaces pour lutter contre la maladie, et refuser certains traitements (notamment des médicaments et vaccins).

Dans de nombreux pays, les messages prennent la forme de directives et d'une communication à sens unique. Pourtant, la participation et l'engagement de la communauté y jouent souvent un rôle déterminant pour le succès des campagnes de lutte contre les maladies et d'élimination de celles-ci.

Lorsqu'une épidémie éclate, il est essentiel de communiquer avec la population de manière fiable. Pour instaurer un lien de confiance, la communication à double sens est importante. Par « à double sens », on entend que les volontaires devraient à la fois délivrer des messages à ET recevoir des messages de la communauté. Les membres de celle-ci doivent se sentir respectés et écoutés et devraient avoir la possibilité de partager leurs croyances, leurs peurs et leurs préoccupations. Pour qu'ils acceptent les messages des volontaires, ils doivent être en mesure de se fier à vous et d'avoir confiance en ce que vous dites. Une fois que vous avez compris les croyances, les peurs et les préoccupations des membres de la communauté, vous pouvez leur communiquer des messages justes et précis.

Délivrer des messages de santé cohérents, clairs et faciles à comprendre aide également à établir une relation de confiance. Il est essentiel de fournir des informations exactes à la population, particulièrement lorsqu'il faut la persuader d'adopter des pratiques sûres (qui peuvent être différentes de ses pratiques habituelles). Certains changements de comportement peuvent être encouragés :

- accepter la vaccination ou d'autres traitements médicaux ;
- se laver les mains avec du savon à des moments cruciaux ;
- porter un équipement de protection personnel ;
- inhumer ses proches en appliquant des mesures différentes des pratiques habituelles (enterrements dignes et sécurisés) ;
- pratiquer la distanciation sociale ;
- utiliser de l'antimoustiques ou dormir sous des moustiquaires ;
- accepter d'être isolé afin d'éviter de contaminer les autres ;
- préparer l'eau et les aliments différemment (souvent en nettoyant, faisant bouillir ou cuisant bien) ; et
- d'autres mesures de santé publique recommandées.

### Que faire et comment s'y prendre

#### *Communiquer pendant une épidémie*

- Sollicitez et faites participer les dirigeants communautaires et la population
  - Déterminez où la population obtient ses renseignements
    - À qui fait-elle confiance pour lui fournir des informations sanitaires (autorités sanitaires, dirigeants communautaires ou religieux, médecins ou guérisseurs par exemple) ?
  - Œuvrez avec la population à identifier, choisir et prévoir les solutions adaptées pour enrayer la propagation de la maladie.
  - Échangez avec les membres de la communauté au sujet de leurs idées, peurs, croyances et actions. Essayez de comprendre :
    - ce qu'ils savent de la maladie et de sa transmission ;
    - les croyances et pratiques qui pourraient influencer la propagation de l'épidémie ;
    - ce qui les motive ou les aide à changer de comportement ;
    - ce qui les en empêche.
- Utilisez diverses méthodes de communication.
  - Dans la mesure du possible, privilégiez la communication à double sens.
    - Quand vous comprenez les croyances, peurs et préoccupations de la population, essayez d'en parler dans vos propres messages.
  - Parfois, les méthodes de communication à sens unique sont utilisées pour communiquer rapidement des messages de santé à un grand nombre de personnes.
    - Ces méthodes devraient toujours être associées à des méthodes de communication à double sens afin de veiller à ce que les points de vue de la population soient connus et entendus.
  - Les personnes apprennent et retiennent les informations différemment. Il est important d'avoir recours à plusieurs méthodes.
    - Les communautés sont composées de différents individus et groupes qui peuvent avoir des préférences ou des besoins distincts en matière de communication.
      - Pensez à comment vous adresser à différents groupes, en particulier à ceux qui sont cachés, discriminés ou considérés comme différents en raison de leur religion, de leur orientation sexuelle, de leur âge, d'un handicap ou d'une maladie, ou pour toute autre raison.
        - Réfléchissez à où aller pour les rencontrer.
        - Déterminez s'ils se fient ou non aux mêmes sources que les autres groupes au sein de la communauté.
        - Découvrez s'ils ont des besoins différents en matière d'accès, par exemple s'agissant de traduction.
    - Pour choisir parmi les méthodes de communication, tenez compte de celles que la population préfère, auxquelles elle se fie et auxquelles elle a facilement accès.
      - Pensez aux caractéristiques de vos groupes cibles (par exemple : Ont-ils accès aux médias, notamment à la radio ou à la télévision ? Peuvent-ils lire les feuillets d'information s'ils en reçoivent ? Sont-ils habitués à s'informer sur les réseaux sociaux ? Etc.).
      - Réfléchissez aux ressources auxquelles vous avez accès (par exemple : Pouvez-vous imprimer des affiches ? Existe-t-il un endroit adapté au sein de la communauté où vous pouvez proposer de répondre aux questions ou de donner des informations ? Etc.).
      - Analysez le contenu de votre ou de vos message(s) et réfléchissez à la manière la plus appropriée de partager ce contenu dans ce contexte spécifique (par exemple : cibler les hommes et les femmes séparément).
- La communication devrait être :
  - **Simple et concise.** La population devrait pouvoir comprendre facilement les messages et pouvoir les retenir et les répéter avec précision et sans difficulté.
  - **Crédible.** Réalisée par des personnes et grâce à une méthode auxquelles la population fait confiance (par exemple : radio, télévision, affiches, assemblées communautaires, etc.).
  - **Exacte et spécifique.** Fournissez toujours des informations correctes et précises. Les messages devraient être cohérents et ne devraient pas provoquer de confusion. Si les messages doivent être

modifiés (en raison d'informations nouvelles ou actualisées au sujet de l'épidémie), soyez honnêtes et clairs à propos de ce qui a changé et des raisons justifiant ce changement.

- **Axée sur l'action.** Les messages devraient être pratiques et conseiller les membres de la communauté au sujet de ce qu'ils peuvent faire pour se protéger et protéger les autres.
- **Faisable et réaliste.** Assurez-vous que la population dispose des capacités et des ressources nécessaires pour appliquer les conseils pratiques que vous donnez.
- **Propre au contexte.** Les informations devraient tenir compte des besoins et de la situation de la communauté concernée. Dans tous vos messages, tenez compte des facteurs sociaux et culturels qui pourraient encourager les membres de la communauté à adopter des comportements plus sûrs (comme l'acceptation des vaccins) ou les en empêcher.

### ***Différents moyens de communication***

Il existe de très nombreuses manières de communiquer avec les communautés. Vous pouvez envisager, par exemple, d'utiliser les méthodes de communication à sens unique et à double sens qui suivent. Ces méthodes peuvent (et devraient) être combinées afin de veiller à toucher le plus grand nombre de membres de la communauté possible.

- Méthodes de communication à sens unique
  - Vidéo, films, publicités à la télévision
  - Chants, poèmes, théâtre ou jeux de rôle
  - Annonces à la communauté telles que : annonces par haut-parleur, envois massifs de SMS, messages sur les réseaux sociaux, programmes radio
  - Affiches, panneaux d'affichage
- Méthodes de communication à double sens
  - Porte-à-porte
  - Réunions avec des informateurs clés tels que des dirigeants communautaires ou religieux ; des guérisseurs ou des sages-femmes ; des enseignants ; des anciens ; etc.
  - Discussions communautaires encourageant les méthodes participatives telles que : le classement des comportements en trois catégories (bon, mauvais, ni bon ni mauvais), des graphiques représentant les votes, la cartographie des données, les sondages, l'analyse des obstacles ou la planification communautaire.

### ***Faire attention aux rumeurs***

Les rumeurs peuvent provoquer la panique et la peur ou favoriser des pratiques dangereuses. Sous l'influence des rumeurs, les communautés peuvent retirer la confiance qu'elles avaient accordée aux autorités sanitaires, arrêter de croire que celles-ci sont capables d'arrêter l'épidémie, et rejeter les interventions qui pourraient empêcher la propagation de la maladie. Les volontaires doivent :

- Être à l'écoute des rumeurs et informations incorrectes.
  - Prenez note de l'endroit et du moment où une rumeur a été entendue et signalez-la immédiatement au responsable des volontaires ou au coordonnateur de la Société nationale.
- Corriger la rumeur.
  - Donnez aux membres de la communauté des faits simples et clairs au sujet de la maladie.
  - Répétez et expliquez précisément ce qu'ils peuvent faire pour se protéger et protéger les autres.

## 04. Orientation vers les services de santé

### Aperçu

Pendant une épidémie, les malades ne peuvent souvent pas être soignés chez eux, par leur famille ou par des volontaires. Ils ont besoin de soins médicaux et doivent se rendre dans un dispensaire ou un hôpital pour être traités.

Lorsque vous menez à bien des activités de prévention et de lutte contre l'épidémie dans la communauté, gardez toujours à l'esprit l'idée d'orienter vers les services de santé.

Une orientation communautaire est une recommandation (souvent faite par un volontaire communautaire) à solliciter les services d'un établissement ou d'un professionnel de santé. Cette recommandation est généralement fondée sur l'identification de signes de maladie ou sur le risque qu'une maladie comporte pour une personne, une famille ou une communauté. Une orientation communautaire ne confirme pas la présence d'une maladie et ne garantit pas qu'un traitement spécifique sera administré. C'est un professionnel de santé, et non le volontaire communautaire, qui déterminera le diagnostic, et tout traitement en découlant.

### Que faire et comment s'y prendre

#### *Repérer les personnes qui doivent consulter un professionnel de santé*

- Mémorisez les symptômes de la maladie à l'origine de l'épidémie et les signes qui indiquent que les personnes affectées devraient être orientées vers un établissement de santé.
- Gardez toujours vos propres sécurité et protection à l'esprit.
  - En suivant les conseils de votre superviseur, déterminez comment vous pouvez savoir si une personne est gravement malade et doit être orientée vers les services de santé.

#### *Établir une carte des établissements vers lesquels vous pouvez orienter les patients et les visiter*

1. À moins qu'il n'existe dans la communauté qu'un seul service vers lequel orienter les malades, la sélection d'un établissement de santé vers lequel les volontaires aiguilleront les membres de la communauté doit être réalisée par un professionnel de santé qui assiste la Société nationale, ou y travaille, puis approuvée par les dirigeants de celle-ci. Les volontaires ne peuvent pas décider seuls vers quels établissements orienter les patients.
2. Une fois que l'établissement de santé a été identifié et validé par la Société nationale, avec le soutien de votre responsable, visitez les centres de santé et échangez avec les médecins et infirmiers afin de coordonner les orientations.
  - Informez-les des activités de votre section locale Croix-Rouge/Croissant-Rouge et expliquez-leur que des volontaires de celle-ci formés à la prévention et à la lutte contre les épidémies pourraient être amenés à aiguiller des patients de la communauté.
  - Déterminez la meilleure manière d'envoyer les malades de la communauté vers les établissements de santé :
    - Transports publics
      - La population y a-t-elle accès ? Peut-elle les payer ?
      - Les malades peuvent-ils les utiliser ?
      - Existe-t-il un risque de transmission de la maladie aux autres passagers ?
    - Service d'ambulance
      - L'établissement de santé dispose-t-il d'ambulances ?

- La section locale Croix-Rouge/Croissant-Rouge dispose-t-elle d'ambulances ?
- La population y a-t-elle accès ? Peut-elle les payer ?
- Comment contacte-t-on l'ambulance ?
- La maladie est-elle très contagieuse et exige-t-elle un transport spécial ?
  - Si la maladie est très contagieuse (comme Ebola ou la fièvre de Marburg), un transport spécial doit être mis en place pour éviter tout risque que d'autres personnes soient contaminées.
- Exposez-leur vos activités et la manière dont vous prévoyez d'orienter les malades. Demandez-leur conseil.

### ***Planifier et préparer les orientations***

1. Planifiez la réalisation et la facilitation des orientations.
  - La Société nationale peut-elle se charger du transport ?
  - Les personnes ont-elles de l'argent pour régler le transport ?
  - L'établissement de santé exige-t-il d'être notifié avant toute orientation ? Dans l'affirmative, comment sera-t-il informé ?
2. Munissez-vous toujours de la fiche maladie pertinente pour vos missions d'orientation communautaire.
  - Cela vous aidera à vous rappeler ce que vous devriez savoir sur la maladie et ses symptômes.

### ***Aiguiller un malade***

1. Les volontaires agissent au nom de leur Société nationale et doivent obtenir le consentement de celle-ci avant d'entreprendre des activités. Ils devraient être formés aux principes du Mouvement de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et recevoir une formation et une supervision adéquate avant d'orienter des malades dans la communauté.
2. Les volontaires devraient obtenir le consentement de la personne qu'ils orientent, ou de son tuteur s'il s'agit d'un enfant.
3. Ils devraient s'efforcer de défendre ces principes :
  - Confidentialité – Il est important de respecter le caractère privé des informations relatives aux membres de la communauté et de ne pas discuter de la santé, des soins de santé ou d'autres détails privés concernant les personnes avec d'autres membres de la communauté. Rappelez-vous que les violations de la confidentialité se produisent généralement involontairement, par exemple quand on parle de sa journée de travail avec ses amis ou sa famille.
  - Respect – Il est important de respecter les choix et décisions de chacun, même si vous n'êtes pas d'accord avec ceux-ci.
  - Sécurité – Si vous craignez pour la sécurité ou la sûreté d'une personne (en lien avec l'orientation communautaire ou tout autre aspect de leur situation), parlez-en à votre superviseur afin de trouver, si possible, une solution sûre.
4. Lorsque vous aiguillez un patient, expliquez toujours clairement à la famille concernée quelle peut être la maladie, quels sont ses symptômes et pourquoi vous estimez qu'il est nécessaire d'orienter le malade vers un établissement de santé.
  - Donnez à la famille des informations au sujet des établissements de santé disponibles et des différents moyens de transport qui permettent de s'y rendre.
    - Aidez la famille si un transport spécial est nécessaire.



Messages à la population



24. Finding sick people

# 05. Protection, sécurité et bien-être des volontaires

## Aperçu

Les volontaires travaillent dans des situations difficiles et avec des personnes dotées de nombreuses capacités. Travailler au cœur d'épidémies peut s'avérer risqué car les volontaires peuvent également être touchés par l'infection et tomber malades. En raison de la nature de leur mission, ils sont exposés à des risques non seulement physiques, mais aussi liés à leur bien-être émotionnel et mental. Il est important de les protéger et de limiter l'impact de ces risques.

Votre Société nationale devrait vous fournir, ainsi qu'aux autres volontaires travaillant dans des situations d'épidémie, une protection appropriée. Votre responsable est un interlocuteur précieux pour obtenir des informations ainsi qu'un équipement afin de vous protéger et de préserver votre bien-être physique, émotionnel et psychosocial.

Il est important de suivre les directives de votre superviseur et de votre Société nationale et d'utiliser le niveau de protection adapté à la situation dans laquelle vous vous trouvez.

## Que faire et comment s'y prendre

### *Se protéger et protéger les autres de la maladie*

1. Vous devez être familiarisé avec l'équipement de protection et avoir reçu la formation correspondante avant de le porter dans un véritable contexte de maladie. Essayez l'équipement au préalable et apprenez à l'utiliser correctement.
  - Lors de certaines épidémies, notamment celles d'Ebola, de fièvre de Marburg, de fièvre de Lassa et de peste, vous devez porter une protection intégrale pour toute activité à haut risque. Cela implique l'utilisation d'un EPP (voir la fiche [action 06](#)).
  - Pour d'autres épidémies, vous devriez au moins porter un masque et des gants de latex, et vous laver les mains avec du savon après tout contact avec une personne infectée (voir instructions pour une bonne hygiène des mains dans la fiche [action 34](#)).
2. Les volontaires devraient être vaccinés conformément aux directives nationales en la matière (voir la fiche [action 24](#)).
  - Ils doivent se conformer au programme de vaccination de routine du pays.
  - Le cas échéant, ils peuvent bénéficier de vaccins dans le cadre des campagnes de vaccination de masse.
3. Les volontaires devraient se préoccuper de leur propre bien-être physique et psychosocial pendant une épidémie.
  - Ils devraient être attentifs aux facteurs de stress dans leur vie personnelle et professionnelle et avoir un plan en place pour gérer le stress et les traumatismes de manière saine et efficace.
    - Cela peut consister à appliquer des techniques de gestion du stress que vous utilisez déjà (faire de l'exercice, méditer, avoir des passe-temps, etc.).
    - Votre responsable est un interlocuteur précieux pour obtenir des informations ainsi que des outils qui vous aideront à assurer votre bien-être psychosocial et le maintenir.

### *Comprendre les mesures courantes de prévention et de lutte*

1. Les volontaires devraient apprendre des mesures de prévention supplémentaires à utiliser lors d'épidémies (et avant celles-ci), notamment en matière :

- de lutte contre les vecteurs (fiche [action 36](#)) ;
- de prise en charge des animaux en toute sécurité (fiche [action 41](#)) ;
- de chimioprophylaxie (fiche [action 23](#)) ;
- de sûreté de l'eau et des aliments (fiches [action 30](#) et [31](#)) ;
- d'hygiène des mains (fiches [action 34](#) et [35](#)).

### ***Protéger les volontaires de tout danger et de toute responsabilité envers les autres***

**Les volontaires devraient être protégés** s'ils subissent un préjudice ou une blessure dans le cadre professionnel. Des accidents peuvent se produire, et les volontaires peuvent être blessés ou même tués. De la même manière, ceux-ci peuvent porter atteinte à d'autres personnes ou leur propriété, particulièrement s'ils n'ont pas été formés correctement ou qu'ils n'ont pas reçu l'équipement approprié.

- Les Sociétés nationales doivent donc avoir des polices d'assurance appropriées. Une assurance peut être nécessaire pour verser une compensation aux volontaires ou à leur famille s'ils sont blessés ou tués ; pour verser une compensation à d'autres s'ils subissent un préjudice en raison des actions d'un volontaire ; et pour couvrir les frais de justice. La nature de la couverture dépendra du système juridique de votre pays. Le Mouvement encourage les Sociétés nationales à reconnaître et respecter leur devoir de protection envers les volontaires, en particulier si quelque chose leur arrive dans l'exercice de leurs fonctions. Demandez à votre responsable de quel type d'assurance ou de couverture par « filet de sécurité » vous pouvez bénéficier.
- Avant de demander aux volontaires de mener des activités très risquées (par exemple des enterrements dignes et sécurisés), les Sociétés nationales devraient aussi s'assurer qu'ils ont reçu les vaccins et l'équipement de protection nécessaires. Ce que cela comprend dépendra du contexte dans lequel vous travaillez et des politiques sanitaires applicables au personnel et aux volontaires de votre Société nationale.

**Les volontaires devraient être informés** de la politique de sécurité de la Société nationale, la comprendre, et en suivre les règles et réglementations. Ils devraient également être mis au courant de toute modification de la politique et priés de signaler tout incident préoccupant.

- La sécurité dans la communauté dépend du profil de chacun des volontaires, formateurs et autres membres de l'équipe, de la manière dont ils travaillent ensemble et collaborent avec les membres de la communauté. Les volontaires doivent être sensibles aux spécificités culturelles. Leur comportement personnel ne doit jamais offenser. Ils doivent faire preuve d'intégrité et ne jamais devenir un problème pour la communauté. Une attitude correcte, polie et impartiale est attendue en toutes circonstances.
- Les volontaires doivent gérer et assurer leur propre sécurité de manière proactive. Cela signifie que vous ne devez pas hésiter à vous enquêter auprès de votre responsable des risques en matière de sécurité et de la marche à suivre si vous êtes confrontés à des dangers ou rencontrez des problèmes. Vous devez vous renseigner sur les protocoles applicables en cas d'incident de sécurité, notamment pour savoir comment et à qui signaler ces événements.





# 12. Lutte contre la fièvre

## Aperçu

La fièvre est la réaction du corps aux infections. Elle se manifeste par un accroissement de la température corporelle qui peut être très désagréable, provoquant des frissons. Chez les nourrissons et les jeunes enfants, la fièvre peut être la manifestation d'une maladie grave. Si elle est très forte, elle peut provoquer des convulsions (le corps est parcouru de violents tremblements) chez les enfants en bas âge. La fièvre peut aussi entraîner la perte de liquides et la déshydratation.

Le seul moyen de confirmer la présence de fièvre est de prendre la température de la personne avec un thermomètre. La fièvre correspond à une température dépassant 38° Celsius. Si vous n'avez pas de thermomètre pour confirmer la présence de fièvre, il est important de rechercher d'autres signes indiquant une température corporelle élevée. Si d'autres signes sont présents, on parle de « soupçon de fièvre ».

## Que faire et comment s'y prendre

### *Évaluer la personne*

1. Si possible, prenez la température de la personne,
  - ou, si elle-même ou sa famille l'a déjà prise avec un thermomètre, demandez le résultat.
2. Cherchez d'autres signes de température corporelle élevée, notamment :
  - la sensation d'avoir trop chaud ;
  - un rougissement de la peau ;
  - le patient se plaint d'avoir froid ;
  - des frissons ;
  - des sueurs ;
  - des maux de tête ;
  - une faiblesse ;
  - une léthargie/sensation de fatigue et de malaise.
3. Évaluez l'état de la personne :
  - Enquêrez-vous de l'existence d'autres symptômes (éruption cutanée, maux de tête, vomissements, toux ou douleurs).

### *Lutter contre la fièvre*

1. En cas de forte fièvre ou de convulsions, ou si le patient est un bébé ou un jeune enfant, orientez-le immédiatement vers un centre de santé.
2. Si le patient peut boire, manger et se déplacer :
  - lui donner à boire plus que d'habitude ;
  - encourager l'allaitement des bébés dans la mesure du possible ;
  - encourager les soignants à donner des aliments nourrissants aux malades.
3. Réduire la température du corps :
  - en retirant les vêtements superflus ;
  - en appliquant une éponge ou un tissu imbibé d'eau tiède sur le corps et le front ;
  - en donnant aux bébés des bains d'eau tiède. Surveillez attentivement les convulsions.

- Inciter le malade à se reposer.
4. Si la fièvre persiste ou empire, demander l'aide d'un professionnel de santé.

### **Signaler les symptômes**

1. Dans les zones affectées par une épidémie, la fièvre peut indiquer la présence de la maladie en question.
- Si la fièvre fait partie des symptômes (comme pour la méningite, le paludisme ou la dengue), vous devez signaler les cas aux autorités sanitaires compétentes dans le cadre de vos activités de surveillance communautaire.
    - Suivez les actions indiquées pour la prévention et la lutte contre la maladie.
  - Si la fièvre fait partie des symptômes (comme pour la méningite, le paludisme ou la dengue), mais qu'aucun système de surveillance communautaire n'est en place, vous devez signaler les cas à l'établissement de santé le plus proche.
    - Si vous n'êtes pas certains de savoir à qui signaler les cas, parlez-en à votre responsable afin de trouver la meilleure solution.





---

02. Caring for a person with fever

# 13. Allaitement au sein

## Aperçu

Le lait maternel est le meilleur aliment pour les bébés. Celui qu'ils consomment juste après la naissance est très sain et aide à les protéger des infections et maladies. Il convient d'encourager les mères à commencer à allaiter dès la naissance du bébé, de les inciter à poursuivre l'allaitement et de leur apporter un soutien à cet égard. Pendant les six premiers mois de vie du bébé, le lait maternel est le seul aliment dont il a besoin. Ensuite, lorsque les bébés commencent à consommer d'autres aliments, il est bon de poursuivre l'allaitement en complément de l'alimentation, jusqu'à l'âge de deux ans environ.

L'allaitement peut sauver la vie des nourrissons et des jeunes enfants dans les situations d'épidémies de maladie diarrhéique.

Il est toujours utile de continuer à allaiter lors des épidémies, car c'est donner aux bébés une alimentation saine, nourrissante et gratuite.

## Que faire et comment s'y prendre ?

### *Comprendre le contexte*

1. Familiarisez-vous avec les croyances et pratiques culturelles locales qui font obstacle à l'allaitement exclusif.
  - Cherchez à savoir quels agents sanitaires et accoucheuses traditionnelles font un travail de sensibilisation à l'allaitement dans votre communauté, et collaborez avec eux. Ils peuvent vous aider à comprendre si les mères pratiquent l'allaitement exclusif ou si elles donnent d'autres aliments/boissons aux bébés de moins de six mois ; si elles commencent à allaiter dans l'heure qui suit la naissance ; si elles utilisent des biberons ; ou ce que font les femmes lorsqu'elles rencontrent des difficultés pour allaiter.
  - Parlez aux dirigeants communautaires, aux responsables religieux et aux pères de l'importance de l'allaitement. Demandez-leur de vous aider à sensibiliser les mères à cette question.
2. Apprenez à connaître toutes les familles de votre secteur qui comptent des bébés de moins de six mois.
3. Dans certains contextes, les parents peuvent utiliser du lait maternisé au lieu du lait maternel pour diverses raisons. Il est important de comprendre ces raisons et de diffuser des informations au sujet des éventuels risques associés à ce choix.
  - L'alimentation au biberon peut être dangereuse si les biberons ou l'eau utilisée pour diluer le lait en poudre ne sont pas très propres ou s'ils sont contaminés par des germes.
  - Les entreprises de lait maternisé utilisent souvent des messages faux et trompeurs pour vendre leurs produits et en tirer des bénéfices (ils peuvent par exemple alléguer que le lait maternisé est plus nutritif que le lait maternel). Méfiez-vous de leurs stratégies de commercialisation et assurez-vous que les parents aient accès à des informations fiables.

### *Mobilisation sociale et élaboration de messages*

Lors des activités de mobilisation sociale et de promotion sanitaire ainsi que des visites à domicile, dites aux mères que nourrir leur bébé uniquement au sein le protège des maladies diarrhéiques, et peut ainsi éviter qu'il décède.

1. Diffusez sans relâche les messages suivants :
  - L'allaitement au sein sauve la vie des bébés lors d'épidémies de maladie diarrhéique.

- Conseillez toujours aux mères d'allaiter.
  - Il convient d'encourager un allaitement exclusivement au sein pour les bébés de moins de six mois ; cela signifie que le bébé devrait boire **uniquement** du lait maternel et rien d'autre.
  - Un allaitement complémentaire devrait être encouragé pour les enfants de six mois à deux ans ; cela signifie que l'enfant peut commencer à manger autre chose, mais que l'allaitement au sein devrait être poursuivi pour compléter son alimentation ou s'y ajouter.
- 2. Entretenez-vous avec les femmes afin de savoir de quel soutien elles ont besoin et à quelles difficultés elles sont confrontées pour continuer d'allaiter.
  - Collaborez avec les femmes et les travailleurs sanitaires afin de tenter de résoudre leurs problèmes et préoccupations.
    - Les femmes peuvent être confrontées à de multiples difficultés et problèmes. Parmi ces difficultés, on peut citer l'absence de nourriture et d'eau adaptées pour la mère, le manque de soutien social pour l'allaitement (notamment lorsque celui-ci n'est pas autorisé en public, lorsque la mère ne peut pas s'occuper de son enfant en raison de son travail, lorsque le mari ou la belle-mère ne sont pas favorables à l'allaitement, etc.) ; le fait que le bébé ne prenne pas bien le sein ou possède un frein de langue trop court ; des infections du sein, etc.
    - En fonction du ou des problème(s) identifié(s) par la femme, les volontaires peuvent aider en :
      - plaidant en faveur de lieux sûrs pour allaiter ;
      - aidant les femmes à trouver des groupes de soutien à l'allaitement dans leurs communautés ;
      - se renseignant pour savoir s'il existe des conseillers ou des éducateurs pour l'allaitement dans la communauté ou dans les établissements de santé ;
      - plaidant pour une alimentation saine et adaptée aux mères allaitantes.
    - Les actions de soutien des volontaires dépendront des problèmes soulevés par la mère qui allaite.
- 3. Après la fin de l'épidémie, continuez d'encourager l'allaitement.



Nourrissez votre enfant uniquement au sein jusqu'à ses six mois. Ensuite, introduisez une alimentation adaptée tout en continuant d'allaiter.



03. Breastfeeding



08. Washing hands with soap

# 14. Alimentation des nourrissons et jeunes enfants dans les situations d'urgence

## Aperçu

Dans les situations d'urgence, les femmes enceintes et les mères allaitantes ainsi que les nourrissons et les jeunes enfants (de la naissance à deux ans) peuvent avoir besoin d'un soutien nutritionnel/alimentaire spécifique. L'allaitement au sein et l'alimentation complémentaire par les premiers aliments appropriés permettent de sauver des vies.

## Allaitement

- Le lait maternel constitue une alimentation saine, nourrissante et gratuite. Il aide aussi les bébés à combattre les infections et les maladies (voir la fiche [action 13](#) sur l'allaitement au sein). C'est le choix le plus sûr dans les situations d'urgence, lorsque la population n'a pas nécessairement accès à de l'eau salubre et de bonnes conditions d'hygiène, à un approvisionnement régulier en nourriture ou en moyens de subsistance et à un revenu constant.
- L'allaitement aide à combattre les maladies. Dans la plupart des circonstances, une mère devrait continuer d'allaiter lorsqu'elle ou son enfant ne va pas bien. Les mères stressées, malnourries, malades et affamées peuvent malgré tout produire suffisamment de lait pour nourrir leurs enfants. Si le flux de lait s'arrête, il est parfois possible de le réamorcer grâce à un appui et un suivi psychologique. Il peut aussi y avoir d'autres options, par exemple des banques de lait selon les disponibilités. Il est essentiel d'encourager et de soutenir les mères, ainsi que les autres personnes s'occupant de l'enfant et la famille au sens large, afin de veiller à ce que l'allaitement puisse se poursuivre pendant les situations d'urgence.
- Dans certains cas, il peut être impossible d'allaiter, ou les familles peuvent choisir d'avoir recours à des substituts du lait maternel. Il est alors important qu'elles possèdent les connaissances et outils nécessaires pour savoir préparer et conserver en toute sécurité ces substituts et appliquer les mesures d'hygiène et de propreté appropriées afin de réduire la possibilité que le bébé tombe malade.
- L'utilisation de substituts du lait maternel, de lait maternisé et de biberons peut accroître la fréquence des diarrhées et même des décès lorsque les biberons/tétines ne sont pas bien nettoyés ou stérilisés, ou si l'eau employée est sale. En outre, il est important d'être conscient que les entreprises à but lucratif font parfois une promotion agressive du lait maternisé comme étant équivalent ou supérieur au lait maternel. Ce n'est pas vrai, et des données scientifiques prouvent que le lait maternel est unique et offre de nombreux bénéfices qui ne peuvent pas être reproduits par des produits artificiels.

## Alimentation complémentaire

L'alimentation complémentaire devrait commencer dès l'âge de six mois, en « complément » (c'est-à-dire en plus) de l'allaitement. Les premiers aliments sont ceux que nous donnons aux bébés âgés de six mois à deux ans. Ces aliments devraient être :

- accessibles (faciles à trouver, bon marché et faciles à préparer) ;
- sains et nutritifs (teneur élevée en vitamines et minéraux) ;
- sûrs et faciles à consommer pour les bébés et jeunes enfants (faciles à tenir, mâcher et avaler).

Les aliments complémentaires à éviter sont ceux qui sont hautement transformés (comme le sont de nombreux aliments préparés et emballés) ou préparés chimiquement, et qui contiennent de grandes quantités de sucre et de sel. Les aliments naturels (sans sel, sucre ou produits chimiques ajoutés) sont souvent les meilleurs.

## Différence entre alimentation complémentaire, supplémentaire et thérapeutique



*L'alimentation complémentaire* (anciennement appelée « alimentation de sevrage ») fait référence aux aliments donnés aux nourrissons et jeunes enfants allaités en plus du lait maternel qu'ils reçoivent. Elle est parfois confondue avec l'alimentation supplémentaire, mais les deux concepts sont différents. Donner aux bébés des céréales ou des purées de légumes en plus du lait maternel constitue, par exemple, une forme d'alimentation complémentaire.

*L'alimentation supplémentaire* consiste à fournir des aliments additionnels aux individus et familles, outre ceux qu'ils consommeraient normalement. Cela est généralement pratiqué pour prévenir la sous-nutrition. La fourniture de sacs de riz supplémentaires à un ménage ou de coupons alimentaires à des familles constitue un exemple d'alimentation supplémentaire.

*L'alimentation thérapeutique* s'entend de l'utilisation d'aliments riches en nutriments, prêts à l'emploi et spécialement conçus pour traiter la malnutrition. Il s'agit d'un traitement médical qui doit être prescrit et contrôlé par des professionnels de santé formés dans le cadre de programmes de traitement de la malnutrition. PlumpyNut est un exemple d'aliment thérapeutique.

## Que faire et comment s'y prendre ?

### *Soutien général*

#### 1. Trouver un appui au sein de la communauté

- Se renseigner sur l'emplacement des tentes d'allaitement, des groupes d'appui aux soignants, des groupes de mères et d'autres services qui peuvent aider à soutenir les familles et autres personnes qui nourrissent les jeunes enfants.
- Associer les pères, les personnes s'occupant de l'enfant et les autres membres de la famille aux discussions (pour autant que cela soit culturellement approprié) afin de garantir un soutien aux mères lorsqu'elles allaitent.
- S'assurer que les mères, pères et autres personnes qui s'occupent d'enfants, les groupes de soutien et les communautés reçoivent des informations correctes en matière d'alimentation des nourrissons et des jeunes enfants.

#### 2. Fournir un soutien nutritionnel et des compléments alimentaires ou en favoriser l'obtention pendant et après la grossesse

- Augmenter le nombre de repas ou d'en-cas au cours de la grossesse (un en plus) et de l'allaitement (deux en plus) afin de s'assurer que les mères aient assez de nutriments et d'énergie.
- Encourager la consommation d'aliments nutritifs disponibles localement, notamment de denrées alimentaires riches en fer, en calcium et en vitamine A.
- Encourager les mères à suivre les conseils des professionnels de santé en ce qui concerne les compléments de vitamines et minéraux à prendre pendant et après la grossesse. Par exemple, il convient d'inciter les femmes à suivre les orientations sanitaires suivantes.
  - Prendre des compléments de fer et d'acide folique au cours de la grossesse et au moins pendant trois semaines après avoir accouché (la dose devrait être déterminée par un professionnel de santé).
  - Prendre des compléments de vitamine A dans les six semaines suivant l'accouchement (la dose devrait être déterminée par un professionnel de santé).

#### 3. Fournir ou favoriser le soutien prénatal au cours de la grossesse

- Pour prévenir les infections, les mères devraient suivre les conseils des professionnels de santé, tels que :
  - se faire vacciner contre le tétanos avant ou pendant la grossesse ;
  - prendre des traitements vermifuges et antipaludiques au cours de la grossesse (les médicaments et la dose devraient être déterminés par un professionnel de santé) ;
  - utiliser des moustiquaires imprégnées d'insecticides ;
  - prévenir et traiter les maladies sexuellement transmissibles (MST) (le traitement devrait être

déterminé par un professionnel de santé).

- Favoriser les pratiques recommandées en matière d'hygiène, notamment :
  - le lavage des mains avec du savon ;
  - une bonne hygiène alimentaire ;
  - un assainissement sûr ;
  - la consommation d'eau potable salubre.
- Encourager les familles à soutenir et aider les femmes dans leur travail, en particulier vers la fin de la grossesse.
  - Inciter les familles à laisser les mères se reposer davantage.

#### **4. Soutien à l'allaitement**

- Encourager les mères à allaiter, même si elles sont stressées, malades ou affamées.
  - Orienter les mères malnourries, exténuées, craignant de manquer de lait, souffrantes ou abattues vers un établissement de santé ou un centre d'alimentation pour qu'elles bénéficient d'un soutien psychosocial et en matière de nutrition, notamment sous la forme de cours sur l'alimentation des nourrissons et des jeunes enfants.
  - Respecter leurs choix.
    - Si l'allaitement n'est pas possible ou pas recommandé, aider les familles en leur expliquant comment préparer des substituts du lait maternel en toute sécurité (utilisation d'eau propre/stérilisée et préparation conformément aux instructions du fabricant), où obtenir de l'eau propre, comment veiller à la propreté des récipients et des cuillères, comment conserver le lait maternisé de manière sûre, etc.
- Promouvoir les méthodes utilisées pour maintenir ou accroître le flux de lait.
  - Aider les mères à trouver un endroit sûr et calme pour se détendre étant donné que cela facilite le débit de lait.
  - Encourager les mères à allaiter fréquemment (jour et nuit, au moins huit fois par jour pour les enfants de moins de six mois).
  - Encourager le contact peau à peau entre la mère et l'enfant (cela peut aider à accroître la quantité de lait produite).

#### **5. Soutien à l'alimentation complémentaire**

- Encourager les familles à donner aux jeunes enfants des repas légers et fréquents.
- S'assurer que les familles savent comment nettoyer, conserver et préparer les aliments en toute sécurité.
- Encourager les familles à boire de l'eau propre et à adopter des pratiques recommandées en matière d'hygiène,
  - notamment à se laver les mains avant de préparer la nourriture et de donner à manger.
  - Collaborer avec les collègues de la Société nationale (ou d'autres organisations) spécialisés dans les secteurs de l'eau, l'assainissement et l'hygiène, de la santé et d'autres secteurs pertinents pour assurer l'accès à une eau et des installations d'assainissement propres.
- Encourager les familles à fournir des aliments complémentaires nutritifs, tels que :
  - de la nourriture riche en fer (viande, poulet, poisson, légumes verts, haricots, pois) ;
  - de la nourriture riche en vitamine A (viande biologique, carottes, courges, papayes, mangues, œufs) ;
  - ainsi que divers fruits, légumes et céréales enrichies.
- Favoriser les premiers aliments dont la texture est appropriée et qui sont faciles à mâcher et avaler pour les jeunes enfants (telles que des purées, des aliments écrasés et des mini-portions).
- Encourager la consommation d'aliments préparés à la maison et disponibles localement. Certains aliments complémentaires préemballés destinés aux jeunes enfants et aux nourrissons peuvent contenir beaucoup de sel, de sucre ou de graisses, ce qui peut contribuer à l'obésité ou l'apparition de

maladies non transmissibles.

**6. Aider à surveiller l'approvisionnement local en produits alimentaires.**

- Signaler toutes donations ou distributions de substituts du lait maternel, de lait de vache en poudre, de biberons ou de tétines à votre coordonnateur dans la Société nationale ou au ministère de la Santé, ou à l'autorité chargée de contrôler les violations du Code de l'OMS sur les substituts du lait maternel.
- Se renseigner sur les aliments à haute valeur énergétique locaux ou distribués mis à la disposition des jeunes enfants de plus de six mois pour compléter le lait maternel qu'ils reçoivent.

## Messages à la population



03. Breastfeeding



23. Encouraging healthy behaviours in a community



29. Attending nutrition checks

# 15. Mesure de la malnutrition aiguë dans les situations d'urgence

## Aperçu

### *Qu'est-ce que la malnutrition aiguë ?*

Lorsque les enfants ne reçoivent pas assez de nourriture ou de nutriments, leur croissance et leur développement peuvent être perturbés. Généralement, un enfant souffrant de malnutrition aiguë est très maigre, a un poids faible par rapport à sa taille (émaciation), ou peut subir des gonflements, en particulier dans les jambes.

### *Pourquoi est-il important de mesurer la malnutrition aiguë ?*

Dans les situations d'urgence ou d'épidémie, le nombre de personnes souffrant de malnutrition aiguë a tendance à augmenter car celles-ci n'ont pas accès à des aliments nutritifs, ne peuvent pas fournir les soins alimentaires appropriés, n'ont pas accès à une eau et des installations d'assainissement propres ou bénéficient d'un accès limité aux services de santé. En raison de la malnutrition, elles peuvent tomber malades et avoir plus de difficultés à combattre l'infection. Un enfant de moins de cinq ans souffrant de malnutrition aiguë est plus susceptible que d'autres enfants de tomber malade et de mourir. Plus un enfant malnourri est repéré et orienté rapidement vers les services de santé, plus il est probable qu'il survive et guérisse.

## Que faire et comment s'y prendre

### *Se préparer au dépistage de la malnutrition*

1. Trouvez l'emplacement des services sanitaires de traitement de la malnutrition les plus proches, les types de malnutrition qui y sont pris en charge, et comment vous pouvez aiguiller des enfants et leurs parents vers ces services. Certains programmes fournissent des documents d'orientation aux familles. L'établissement devrait pouvoir vous communiquer ce qui est exigé pour une orientation (par exemple, la mesure du périmètre brachial).

**\*\* Vous ne devez entreprendre un dépistage de la malnutrition que S'IL existe des centres de traitement appropriés, validés par un professionnel de santé, vers lesquels vous pouvez aiguiller les patients. \*\***

1. Choisissez des emplacements appropriés pour le dépistage. Il peut d'agir des lieux suivants :
  - à domicile, au marché, dans les centres religieux, au cours de réunions ou de cérémonies (baptêmes, mariages, funérailles) ;
  - aux points de réhydratation orale, là où les produits non alimentaires ou les rations alimentaires sont distribués, ou pendant les campagnes de vaccination, etc. ;
  - dans les établissements de santé (dispensaires, dans le cadre des contrôles réguliers de croissance) ou au cours de visites de sensibilisation (pour les vaccinations ou l'éducation sanitaire).
  - Organisez des séances spéciales de dépistage de masse lorsque les taux de malnutrition sont très élevés.

### *Détecter la malnutrition*

Le dépistage par mesure du périmètre brachial peut être réalisé sur tous les individus âgés de plus de 6 mois, et il est généralement utilisé chez les enfants de 6 à 59 mois (de 6 mois jusqu'à 5 ans). La taille du ruban de mesure du périmètre brachial est différente pour chaque tranche d'âge. Assurez-vous d'utiliser la bonne taille en fonction de l'âge de la personne concernée.

1. Mesurez le périmètre brachial. Vous identifierez ainsi les personnes « émaciées » (maigres).
  - Enroulez un ruban coloré ou numéroté destiné à mesurer le périmètre brachial autour du bras

gauche du patient (voir la fiche [action 17](#) contenant les instructions).

- Si le périmètre brachial tombe dans les sections rouge ou jaune, il est probable que la personne soit malnourrie, et celle-ci devrait recevoir un traitement médical et nutritionnel de toute urgence.

### ***Soutien de la communauté pour la gestion de la malnutrition***

1. Plus un enfant malnourri est repéré et orienté rapidement vers les services de santé, plus il est probable qu'il survive et guérisse.
  - Aiguillez toute personne dont le périmètre brachial est dans le rouge ou le jaune au centre de santé ou de nutrition le plus proche.
  - Encouragez les hospitalisations.
    - Si un enfant est très malade et doit être aiguillé vers un centre de traitement en interne ou un hôpital, aidez la famille à y amener l'enfant.
    - Si celle-ci refuse, faites des visites à domicile et continuez d'encourager l'hospitalisation de l'enfant.
2. Des visites d'appui à domicile et un suivi peuvent aider les enfants à se remettre et à poursuivre leur traitement.
  - Vérifiez que les enfants aiguillés vers un établissement de santé s'y rendent pour recevoir des soins et pour leurs visites de suivi.
    - Si les parents et les personnes s'occupant de l'enfant ne bénéficient pas d'un soutien, ils peuvent interrompre le traitement et l'enfant peut très rapidement redevenir malnourri.
  - Assurez-vous que les médicaments et compléments nutritionnels (pâte ou céréales) sont administrés correctement.
    - Encouragez les personnes s'occupant de l'enfant à poursuivre le traitement conformément aux indications du professionnel de santé.
    - Les compléments nutritionnels ne devraient pas être donnés à d'autres membres de la famille ou de la communauté mais devraient être considérés comme un médicament ; les partager ralentira la guérison de l'enfant.
  - Rendez-vous chez les enfants qui ont manqué leur traitement pour en connaître les raisons.
    - Encouragez-les à retourner au centre de santé et à continuer le traitement s'ils peuvent.
    - Communiquez les informations que vous obtenez à l'équipe soignante et, si possible, essayez de mettre le personnel de l'établissement de santé en contact avec les parents par téléphone s'ils ne peuvent ou ne veulent pas se rendre au centre de santé.
    - Soutenez les familles dont les parents ne peuvent ou ne veulent pas se rendre dans l'hôpital où leurs enfants ont été orientés.

**Messages à la population**



23. Encouraging healthy behaviours in a community



29. Attending nutrition checks

# 17. Mesure du périmètre brachial

## Aperçu

### ***En quoi consiste le test de mesure du périmètre brachial ?***

Il s'agit d'une simple mesure qui peut être utilisée pour identifier les enfants (de six mois à cinq ans) souffrant de malnutrition et qui risquent de mourir. On utilise un ruban coloré avec lequel on entoure la partie supérieure du bras gauche. Les parents et personnes responsables d'enfants peuvent être formés à mesurer le périmètre brachial.

Les enfants dont la mesure tombe dans les sections rouge ou jaune du ruban coloré (voir tableau ci-dessous) devraient être aiguillés vers le centre de santé ou de nutrition le plus proche.

## Que faire et comment s'y prendre

### ***Se préparer au dépistage de la malnutrition***

1. Rechercher quels établissements ou centres de santé soignent les enfants malnourris dans votre zone. (Certains établissements ne traitent que la malnutrition aiguë sévère et non la malnutrition aiguë modérée.)

**\*\* Vous ne devez entreprendre un dépistage de la malnutrition que S'IL existe des centres de traitement appropriés, validés par un professionnel de santé dans le cadre de l'assurance qualité, vers lesquels vous pouvez aiguiller les patients. \*\***

1. Informer la communauté et les parents que le ruban de mesure du périmètre brachial permet de repérer les enfants malnourris.
  - Informez la communauté que les enfants maigres et faibles qui ne grandissent pas bien peuvent être soignés gratuitement et indiquez où ils peuvent bénéficier de ce service.
  - Apprenez le mot désignant, dans la langue locale, un enfant très maigre, et utilisez-le pour vous aider à trouver des cas.

### ***Mesurer le périmètre brachial***

1. Le dépistage par mesure du périmètre brachial peut être réalisé sur tous les individus âgés de plus de 6 mois, et il est généralement utilisé chez les enfants de 6 à 59 mois (de 6 mois jusqu'à 5 ans). La taille du ruban de mesure du périmètre brachial est différente pour chaque tranche d'âge. Assurez-vous d'utiliser la bonne taille en fonction de l'âge de la personne concernée.
2. Utilisez ce ruban pour mesurer le périmètre brachial des enfants de 6 à 59 mois, en particulier de ceux qui sont malades, maigres ou faibles.
  - Expliquez la procédure à la mère ou à la personne s'occupant de l'enfant.
  - Assurez-vous que le bras gauche de l'enfant ne soit pas couvert par des vêtements.
  - Si possible, l'enfant devrait se tenir droit et de profil par rapport à la personne prenant la mesure.
  - Pliez le bras gauche de l'enfant à 90 degrés par rapport à son corps.
  - Trouvez le milieu de la partie supérieure du bras. Le milieu se situe entre le sommet de l'épaule et le coude.
  - Marquez avec un stylo le milieu de la partie supérieure du bras.
  - Demandez à l'enfant de décontracter le bras de manière à ce qu'il pende sur le côté.

- En utilisant les deux mains, placez la fenêtre du ruban de mesure (0 cm) sur le point marqué.
- Tout en gardant la main gauche immobile, passez le ruban autour du bras par l'extérieur avec votre main droite.
- Passez le ruban dans le trou tout en gardant la main droite sur le bras.
- Tirez sur le ruban jusqu'à ce qu'il tienne fermement sur le bras tout en gardant la main droite immobile sur le bras de l'enfant.
- Lisez et consignez la mesure apparaissant dans la fenêtre du ruban en arrondissant au millimètre.
- Les enfants dont la mesure tombe dans les sections rouge ou jaune du ruban devraient être aiguillés vers le centre de santé ou de nutrition le plus proche.

### **Aiguiller les patients**

1. Orientez les enfants dont la mesure tombe dans les sections rouge ou jaune du ruban vers le centre de traitement approprié, que vous avez repéré en préparant le dépistage.

### **Que veulent dire les différentes mesures et couleurs?**

Couleur	Etat nutritionnel	Action
<b>Rouge</b>	Malnutrition sévère	Orienter vers l'établissement de santé le plus proche fournissant une alimentation thérapeutique.
<b>Jaune</b>	Malnutrition modérée	Orienter vers le centre de santé ou de nutrition le plus proche qui fournit une alimentation complémentaire (sous réserve de disponibilité).
<b>Vert</b>	Healthy	Encourager la personne s'occupant de l'enfant à poursuivre ses pratiques saines et hygiéniques en matière de soins et d'alimentation, et revenir si l'enfant tombe malade ou s'affaiblit.

### **Mobilisation sociale et élaboration de messages**

- Expliquez aux personnes s'occupant d'enfants en quoi consiste la mesure du périmètre brachial. Si celle-ci montre que leur enfant est malnourri et devrait bénéficier d'un traitement, informez-les-en.
  - Encouragez les personnes s'occupant d'enfants malnourris à les faire soigner rapidement. Dites-leur qu'un traitement permettra à leur enfant de mieux grandir, empêchera tout retard de croissance et l'aidera à éviter les maladies plus tard dans sa vie.





## Messages à la population



29. Attending nutrition checks

# 19. Soutien psychosocial

## Aperçu

- Réactions normales à des événements inhabituels
- Il est normal et attendu d'avoir des réactions fortes à des événements inhabituels et difficiles. Les personnes et communautés qui rencontrent des difficultés peuvent être affectées émotionnellement, mentalement, physiquement et socialement. Voici certaines des réactions qui peuvent être observées :

### Réactions normales à des événements inhabituels

- **Émotionnelles.** Anxiété, chagrin, culpabilité, colère, irritabilité, frustration, tristesse, honte, indifférence, perte d'espoir, perte de sens, sentiment de vide.
- **Mentales.** Manque de concentration, perte de mémoire, confusion, pensées intrusives, difficultés à prendre des décisions, pensées désorganisées.
- **Physiques.** Accélération du rythme cardiaque, problèmes de sommeil, maux (d'estomac, de tête), douleurs (dos, nuque, poitrine et autres), tremblements et tensions musculaires, perte d'énergie, incapacité de se reposer, se détendre et dormir.
- **Sociales.** Prise de risques, sur- ou sous-alimentation, consommation accrue d'alcool ou de cigarettes, agressivité, repli sur soi-même, isolation.

## Soutien psychosocial

- Le terme « psychosocial » fait référence à la relation dynamique entre les facettes psychologique et sociale d'une personne, qui s'influencent mutuellement. La facette psychologique comprend les processus, sentiments et réactions émotionnels et rationnels. La facette sociale inclut les relations, la famille, les réseaux communautaires, les valeurs sociales et les pratiques culturelles.
- Le « soutien psychosocial » renvoie aux actions qui répondent aux besoins psychologiques et sociaux des individus, familles et communautés. Il exige une formation et une supervision. Votre superviseur peut vous aider à accéder à la formation appropriée avant que vous commenciez à proposer un soutien psychosocial aux membres de la communauté. Il vous fournira également une supervision et un appui lorsque vous offrez un soutien psychosocial.
- Nous fournissons un soutien psychosocial pour venir en aide aux personnes qui ont subi une crise. Les volontaires devraient expliquer en quoi consiste le soutien psychosocial et, s'ils ont suivi la formation appropriée, ils devraient le proposer à ceux qui souhaitent en bénéficier. Apporté en temps voulu et de manière adéquate, ce soutien peut empêcher que l'anxiété et la souffrance donnent lieu à des problèmes mentaux plus graves.
- Dans les situations d'urgence, le soutien psychosocial devrait garantir la sécurité et favoriser le calme, les liens sociaux, l'efficacité personnelle et collective ainsi que l'espoir.

## Que faire et comment s'y prendre

### Les activités de soutien psychosocial comprennent :

- La psychoéducation
  - Expliquer comment reconnaître les signes de détresse psychosociale

- Conseiller sur le comportement à adopter face aux épidémies (p. ex. maintenir une routine quotidienne autant que possible ; appeler amis et famille pour rester en contact et montrer qu'on se préoccupe les uns des autres ; vérifier la véracité des informations relatives à une maladie en consultant des sources fiables)
- Échanger des astuces en matière de relaxation
- L'éducation sanitaire, qui peut avoir un impact psychosocial positif :
  - Elle peut permettre aux membres de la communauté de mieux comprendre leur état de santé, de sentir qu'ils reprennent le contrôle et de faire face à leur situation.
  - Quand elles sont malades, et même après avoir été examinées par le médecin, les personnes chez qui l'on suspecte une infection peuvent avoir des difficultés à reprendre une vie normale. Il est important d'informer les communautés de la nature de la maladie, de ses modes de transmission (et de ce qui empêche celle-ci) ainsi que de la manière de s'en protéger afin de lutter contre la peur et la discrimination.
- Une écoute active : Veiller à ce que la population touchée puisse exprimer ses préoccupations, fournir des suggestions et donner son avis. Ces éléments sont utilisés pour réduire les peurs, répondre aux rumeurs et aux fausses informations et renforcer le sentiment de pouvoir agir ainsi que la dignité de la population touchée.
- Des activités et leçons relatives aux habilités personnelles et compétences professionnelles.
- Des activités créatives, sportives et physiques.
- Le rétablissement des liens familiaux.
- Des espaces adaptés aux enfants.
- Un appui aux services commémoratifs et aux inhumations traditionnelles.
- Des groupes de soutien et d'entraide.
  - Cela inclut les efforts visant à aider les personnes en isolement ou en quarantaine à garder le contact avec leurs familles et amis.
  - Les volontaires communautaires qui interviennent dans les situations de crise sont également exposés aux pertes, à l'abattement, aux blessures et à la mort. Il est donc important de chercher un soutien auprès des responsables lorsque c'est nécessaire et de créer un environnement réceptif en se préoccupant du personnel et des autres volontaires.
- Les premiers soins psychologiques.

## 26. Bons usages en cas de toux

### Aperçu

- De nombreuses maladies se propagent par des particules ou des gouttelettes dispersées dans l'air lorsque les personnes toussent, éternuent, se mouchent ou crachent. Il existe des manières simples de limiter la propagation de ces maladies, en respectant l'hygiène respiratoire et les bons usages en cas de toux.
- La bonne façon de tousser ou d'éternuer sans transmettre des germes est d'utiliser un mouchoir jetable ou en tissu, ou votre manche. Lorsque vous toussiez ou éternuez de cette manière, il y a moins de risques que vous répandiez des germes. Si vous utilisez un mouchoir jetable, débarrassez-vous-en au plus vite en toute sécurité. Si vous vous servez d'un mouchoir en tissu, assurez-vous de le laver régulièrement. Lavez-vous toujours les mains dès que possible après avoir utilisé un mouchoir pour tousser ou éternuer.
- Beaucoup de gens toussent ou éternuent dans leurs mains pour éviter que les germes se répandent. Ce n'est pas idéal car, après cela, vous pouvez transmettre les germes en touchant des objets ou en serrant la main des gens. La meilleure chose à faire est d'éviter de tousser ou d'éternuer dans vos mains. Si ce n'est pas possible, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon dès que possible et sans rien toucher avant.
- Il est également important de se moucher et de cracher de manière sûre. Vous devriez toujours utiliser des mouchoirs lorsque vous vous mouchez ou que vous crachez. Ne crachez pas à l'air libre (par exemple à terre ou dans des crachoirs), utilisez toujours un mouchoir (de préférence en papier, qui devra être jeté en toute sécurité immédiatement après son utilisation).

### Que faire et comment s'y prendre

#### *Promotion de l'hygiène*

1. Promouvoir l'hygiène respiratoire et les bons usages en cas de toux auprès des membres de votre communauté.
  - Demandez aux écoles et autres lieux où les personnes se réunissent en groupes s'ils souhaitent que vous veniez parler aux enfants de l'hygiène respiratoire et des bons usages en cas de toux.
  - Expliquez que ces bons usages sont importants car ils contribuent à éviter la transmission des maladies véhiculées par des gouttelettes dispersées dans l'air.
  - Montrez aux gens comment tousser correctement et demandez-leur de l'enseigner aux autres.
    - Lorsque vous parlez des bons usages en cas de toux, enseignez aussi les autres règles d'hygiène et les distances de sécurité (voir les fiches [action 28](#) et [fiche 34](#)).
    - Fabriquez des affiches illustrant ce qu'il FAUT faire et ce qu'il ne FAUT PAS faire, et affichez-les dans votre communauté (voir la fiche [action 43](#) pour en savoir plus sur les méthodes de mobilisation sociale).
  - Dans certains pays, la mastication du khat ou du tabac est une pratique commune. Les volontaires présents dans ces pays devraient expliquer que se réunir dans des lieux fermés et mal ventilés pour mastiquer et cracher (du khat ou du tabac) pendant de longues périodes peut accroître la propagation de germes et augmenter le risque de transmission d'infections respiratoires.



✓



X

## Messages à la population



### 14. Vaccinations for children



✓



X

## 18. Coughing correctly

# 27. Logement et ventilation

## Aperçu

- L'environnement et les espaces dans lesquels les personnes passent du temps ont un impact conséquent sur leur santé et leur bien-être. De nombreuses maladies peuvent se propager dans l'air ou en raison des conditions en matière d'eau et d'assainissement.
- Certaines maladies se propagent par des gouttelettes diffusées dans l'air (souvent par la toux et les éternuements). Les germes peuvent se concentrer dans des pièces ou logements mal aérés où un malade tousse ou éternue. Dans les bâtiments à l'atmosphère étouffante et mal aérés (où l'air circule peu), un individu malade peut contaminer toutes les autres personnes vivant dans le même espace. Pour réduire le risque de contaminer l'entourage, il est utile d'aérer les habitations. Les personnes devraient être invitées à ouvrir les fenêtres ou les portes pour libérer l'air confiné et permettre à l'air frais d'entrer.
- Lorsque de nombreuses personnes vivent dans le même espace (surpeuplement), elles peuvent aussi se transmettre plus facilement des infections. Les personnes devraient toujours, dans la mesure du possible, avoir suffisamment d'espace pour se déplacer et respirer librement. Encouragez les personnes à vivre ou à se réunir, si possible, dans des endroits où l'espace est adéquat.
- Non seulement cuisiner au feu de bois ou au charbon dans un espace clos (une pièce ou un abri sans fenêtre) comporte un risque d'incendie et de brûlure, mais cela peut aussi être mauvais pour les personnes souffrant de maladies transmises par voie aérienne. La fumée peut rendre la respiration difficile, particulièrement chez les personnes atteintes d'autres troubles respiratoires. Il est important d'avoir un flux d'air suffisant pour que la fumée s'échappe.
- D'autres maladies se propagent par l'eau contaminée, un mauvais assainissement ou l'absence d'abri. Les maladies qui se propagent par le biais de l'eau contaminée ou d'un mauvais assainissement (maladies diarrhéiques, choléra, typhoïde et hépatite E par exemple) se transmettent plus facilement en l'absence d'eau propre ou de toilettes propres et salubres à proximité des logements. De véritables abris, dotés d'eau propre ainsi que de structures d'assainissement et protégeant de la pluie, du vent, du soleil et du froid, contribuent à empêcher la propagation des maladies et aident les personnes affectées à en guérir.

## Que faire et comment s'y prendre

### *Prévenir l'infection dans les abris*

- Lorsqu'une population se déplace à la suite d'un conflit ou d'une catastrophe, les abris qu'elle occupe ne sont généralement pas aussi bons que ceux dans lesquels elle vivait auparavant. Aidez-la à avoir le meilleur abri possible, disposant d'une aération, d'un bon approvisionnement en eau, de latrines et de structures d'élimination des déchets à proximité.
- Toujours aérer les abris communs ou partagés ainsi que les hébergements d'urgence.
- Conseillez aux gens de laisser leurs fenêtres ouvertes si le temps le permet, tout particulièrement s'ils prennent soin d'un malade.
- Encouragez les gens à se laver les mains après être allés aux toilettes, après avoir nettoyé un enfant et avant de cuisiner et de manger.
- Encouragez-les également à laver régulièrement les récipients d'eau avec de l'eau et du savon, et à ne pas laisser de déchets ou de déjections animales à proximité des habitations.

### *Lutter contre la maladie dans les abris*

- En cas d'épidémie de maladies véhiculées par l'air, il est essentiel d'expliquer aux membres de votre communauté l'importance d'une bonne aération et de les encourager à ouvrir régulièrement les fenêtres et

les portes.

- Lorsqu'une épidémie de maladie transmise par la nourriture ou l'eau apparaît, il est capital d'expliquer à votre communauté l'importance de l'hygiène et de l'innocuité des aliments, ainsi que de l'accès à de l'eau propre, à des installations d'assainissement convenables et à une structure d'élimination des déchets.

***Mobilisation sociale, élaboration de message et engagement communautaire***

- Parlez à la communauté de l'importance d'un approvisionnement en eau propre, de l'assainissement, du lavage des mains et d'une bonne hygiène des aliments. (Voir les fiches [action 30](#), [action 31](#), [action 32](#), [action 33](#), [action 34](#) et [action 35](#).)



**Messages à la population**





22. Good ventilation

## 28. Distanciation physique

### Aperçu

La distanciation physique consiste à faire en sorte que les personnes gardent une certaine distance entre elles pour éviter les risques lors des épidémies de maladies très contagieuses, afin d'empêcher la propagation de celles-ci. Elle diffère de l'isolement dans la mesure où il s'agit d'une pratique que tous les membres de la communauté devraient adopter, et pas seulement les malades. Le respect d'une distance de sécurité est un moyen efficace d'éviter la propagation des maladies contagieuses.

### Que faire et comment s'y prendre

#### *Encourager la distanciation physique*

#### **Promouvoir le respect d'une distance de sécurité comme méthode pour éviter la propagation d'une maladie**

- La distanciation physique consiste aussi à réduire au minimum les contacts physiques. Elle inclut notamment les actions suivantes.
  - Éviter les lieux bondés. Par exemple, encouragez les personnes à :
    - prier seules ou en petits groupes plutôt que dans de grands rassemblements ;
    - laver leur linge à proximité de la maison plutôt que dans des espaces communs ;
    - se rendre aux marchés ou dans d'autres zones bondées à un moment de la journée où la fréquentation est plus faible.
  - Éviter les rassemblements non essentiels. Par exemple, encouragez les personnes à :
    - reporter les mariages ou autres événements semblables jusqu'à ce que leur tenue ne constitue plus un risque ;
    - éviter les festivals ou rassemblements communautaires jusqu'à ce qu'ils ne présentent plus de risques.
  - Éviter les salutations habituelles. Par exemple, encouragez les personnes à :
    - éviter les poignées de mains, les embrassades et les bises.
  - Limiter les contacts avec les personnes plus à risque. Par exemple, encouragez les personnes à : éviter tout contact étroit non nécessaire avec les jeunes enfants ou les personnes âgées.
- Garder une distance de sécurité avec les autres lorsque c'est possible (la distance peut varier en fonction de la maladie, demandez des précisions aux autorités sanitaires).

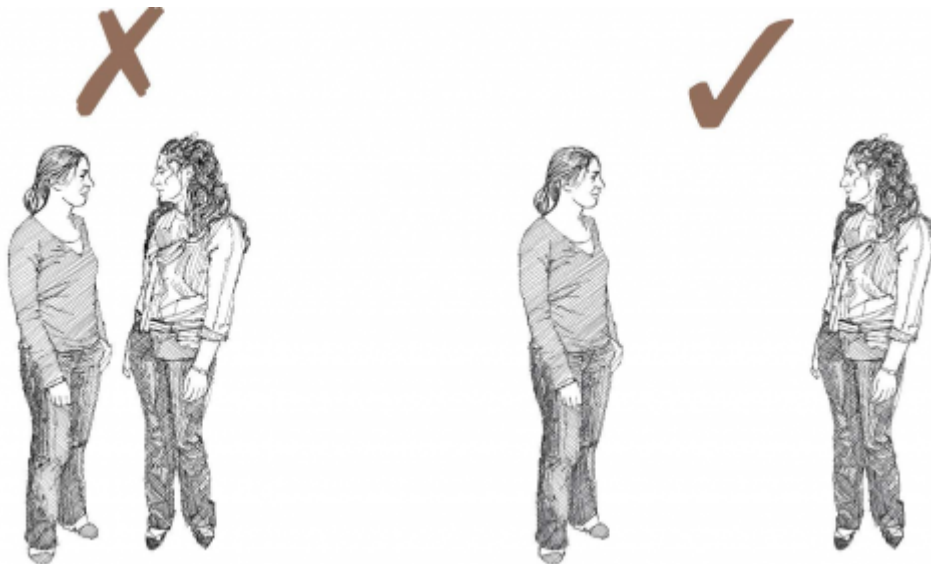
#### **Reconnaitre que, dans certains contextes, il peut être difficile, voire impossible, de respecter les distances de sécurité.**

- Dans les situations où les personnes cohabitent dans un espace surpeuplé, comme dans les abris pour déplacés, il n'est pas toujours possible d'appliquer la distanciation physique. Dans des cas comme celui-là, il est important de :
  - promouvoir l'utilisation (et, si possible, la distribution) d'équipements de protection essentiels, tels que des masques.
- Les distances de sécurité peuvent être plus difficiles à respecter pour les personnes qui travaillent dans certains secteurs et lieux, par exemple pour les vendeurs des marchés ou les travailleurs domestiques.
  - Cibler ces groupes pour faire un travail de sensibilisation aux modes de transmission de la maladie et aux mesures de protection qu'ils peuvent appliquer pour limiter leur exposition.

- Plaider en faveur de conditions de travail et d'un accès aux services de santé sûrs.

**Soyez conscients que la distanciation physique peut provoquer un isolement** et créer ou aggraver des problèmes psychosociaux chez certaines personnes.

- Voir la fiche [action 19](#) pour savoir comment apporter son aide.



## Messages à la population



21. Physical distancing

## 29. Promotion de l'hygiène

### Aperçu

La promotion de l'hygiène est une expression utilisée pour désigner une série de stratégies destinées à améliorer les comportements individuels en matière d'hygiène et à éviter la propagation des maladies. Elle permet aux personnes d'agir pour prévenir les maladies liées à l'eau, l'assainissement et l'hygiène en mobilisant et sollicitant la population, ses connaissances et ses ressources. Ce sont les risques sanitaires qui déterminent sur quel élément se concentre la promotion de l'hygiène. En créant une série d'obstacles à l'infection, les comportements hygiéniques ont une influence cruciale sur la transmission des maladies liées à l'eau et l'assainissement, comme le montre le diagramme « f »<sup>1</sup> ci-dessous.

# Le diagramme 'F'

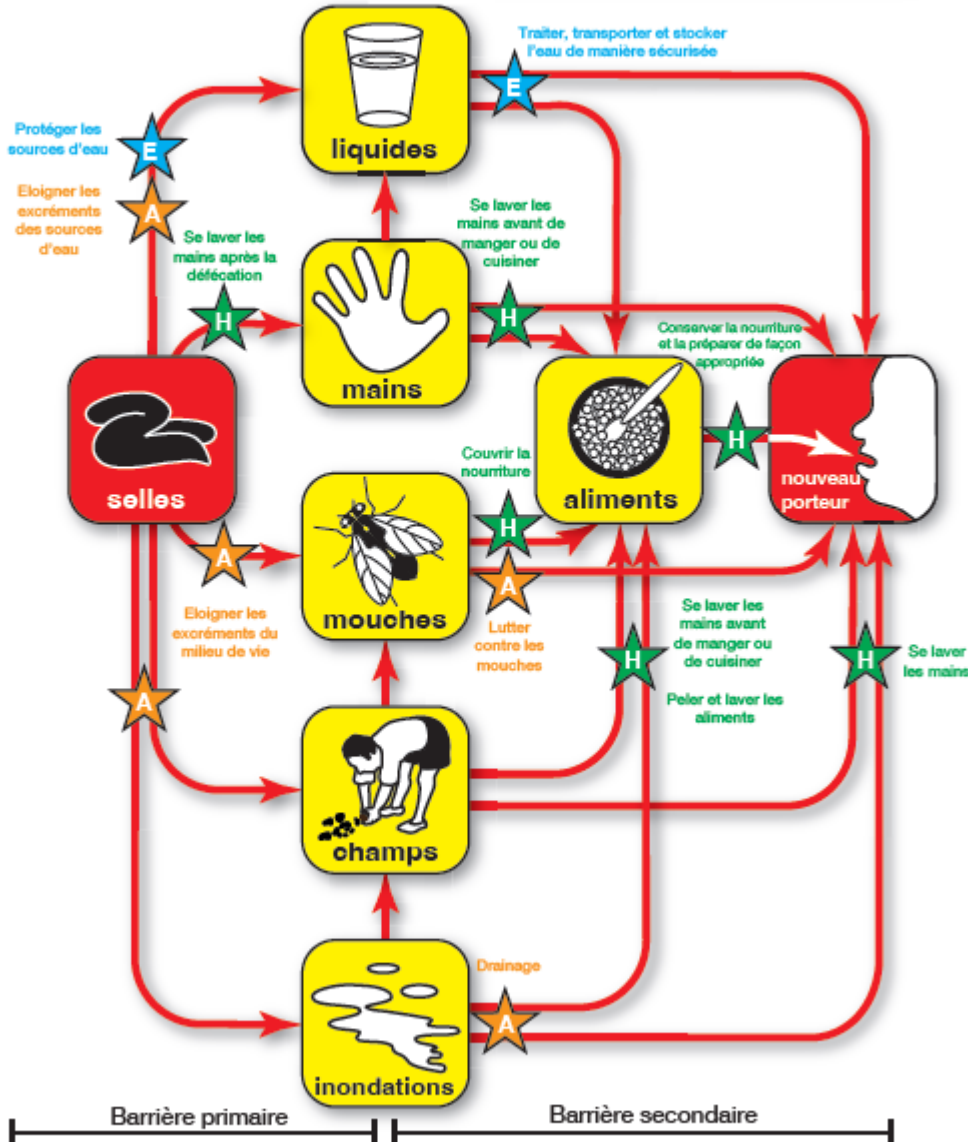
Le passage d'agents pathogènes depuis les selles d'une personne malade jusqu'à l'endroit où ils sont ingérés par une autre personne peut prendre de nombreuses voies, certaines directes et d'autres indirectes. Le diagramme illustre les principales voies ; elles sont facilement mémorisables (en anglais) car elles commencent toutes par la lettre 'f' : fluids/liquides (eau potable), food/aliments, fingers/doigts (mains), fields/champs (cultures et sol) et floods/inondations (eaux de surface en général)

★
EAU

★
ASSAINISSEMENT

★
HYGIÈNE

Différentes barrières peuvent interrompre la transmission des maladies féco-orales ; elles peuvent être primaires (empêcher le contact initial avec les excréments) ou secondaires (empêcher que les excréments soient ingérés par une nouvelle personne). Ces barrières peuvent être contrôlées grâce à des interventions en eau, hygiène et assainissement.



**Note:** Ce diagramme est un résumé des voies de transmission : d'autres routes, associées à celles-ci, peuvent se révéler importantes. De l'eau potable peut être contaminée par un récipient sale par exemple, ou de la nourriture peut être contaminée par des ustensiles de cuisine.

Source: McMahon, Glenda; Davey, Kay; Shaw, Rod (2020): P004 The F Diagram. Loughborough University. Poster. <https://doi.org/10.17028/rd.lboro.12738692.v1>

## Que faire et comment s'y prendre

### Comprendre la communauté

- Familiarisez-vous avec la manière dont les habitants obtiennent de l'eau, conservent la nourriture et l'eau, se débarrassent de leurs ordures, se lavent et utilisent les latrines.

- Identifiez les principaux lieux dans lesquels l'hygiène est importante, au niveau non seulement individuel mais aussi communautaire, par exemple dans les marchés, écoles, restaurants ou églises. Essayez de collaborer avec ces endroits pour promouvoir les bonnes pratiques en matière d'hygiène.
  - -Vous pouvez organiser un cours sur l'hygiène pour les élèves ou les enseignants, ou aider les vendeurs du marché à construire un poste de lavage des mains ou une latrine en extérieur pour les clients.
- Ayez une conversation avec les membres de votre communauté à propos de l'hygiène.
  - Associez-y les femmes, les dirigeants communautaires, les soignants et les décideurs.
    - Assurez-vous qu'ils comprennent qu'une bonne hygiène est importante et qu'elle peut éviter la propagation de l'épidémie.
- Soyez un modèle pour votre communauté. Utilisez des latrines propres, jetez vos ordures et lavez-vous souvent les mains.

### **Promouvoir les messages à la population en matière d'hygiène**

Les principales questions à prendre en compte sont généralement les suivantes. Cliquez sur la fiche action correspondante pour obtenir les informations dont vous avez besoin.

- Hygiène des aliments [action 31](#)
- Propreté et sûreté de l'eau dans les habitations [action 30](#)
- Hygiène personnelle et des mains [action 34](#)
- Assainissement environnemental [action 32](#)
- Lutte contre les mouches, moustiques et autres vecteurs de maladies [action 36](#)

<sup>1</sup>Shaw, R. 2013. *The f' diagram - Landscape*. WEDC Graphics: Disease. Water, Engineering and Development Centre (WEDC). Université de Loughborough, Royaume-Uni.

## Messages à la population



04. Storing water properly



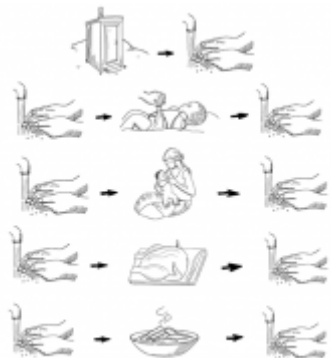
05. Using clean safe drinking water



06. Using a clean latrine



08. Washing hands with soap



09. When to wash hands



11. Cleaning up places where mosquitoes breed



12. Good food hygiene



13. Good personal hygiene



20. Collecting and disposing of rubbish



# 34. Lavage des mains avec du savon

## Aperçu

Le lavage des mains est l'un des moyens les plus efficaces d'éviter la propagation de plusieurs épidémies, notamment les maladies diarrhéiques. Se laver les mains est facile et tout le monde (y compris les enfants) peut et devrait le faire. Pour se laver les mains, les personnes doivent avoir accès à de l'eau et du savon.

Les mains devraient être lavées avec du savon :

- **AVANT**

- De cuisiner
- De manger
- De donner à manger à un enfant
- D'allaiter
- De soigner un malade ou une blessure (la sienne ou celle de quelqu'un d'autre)

- **APRÈS**

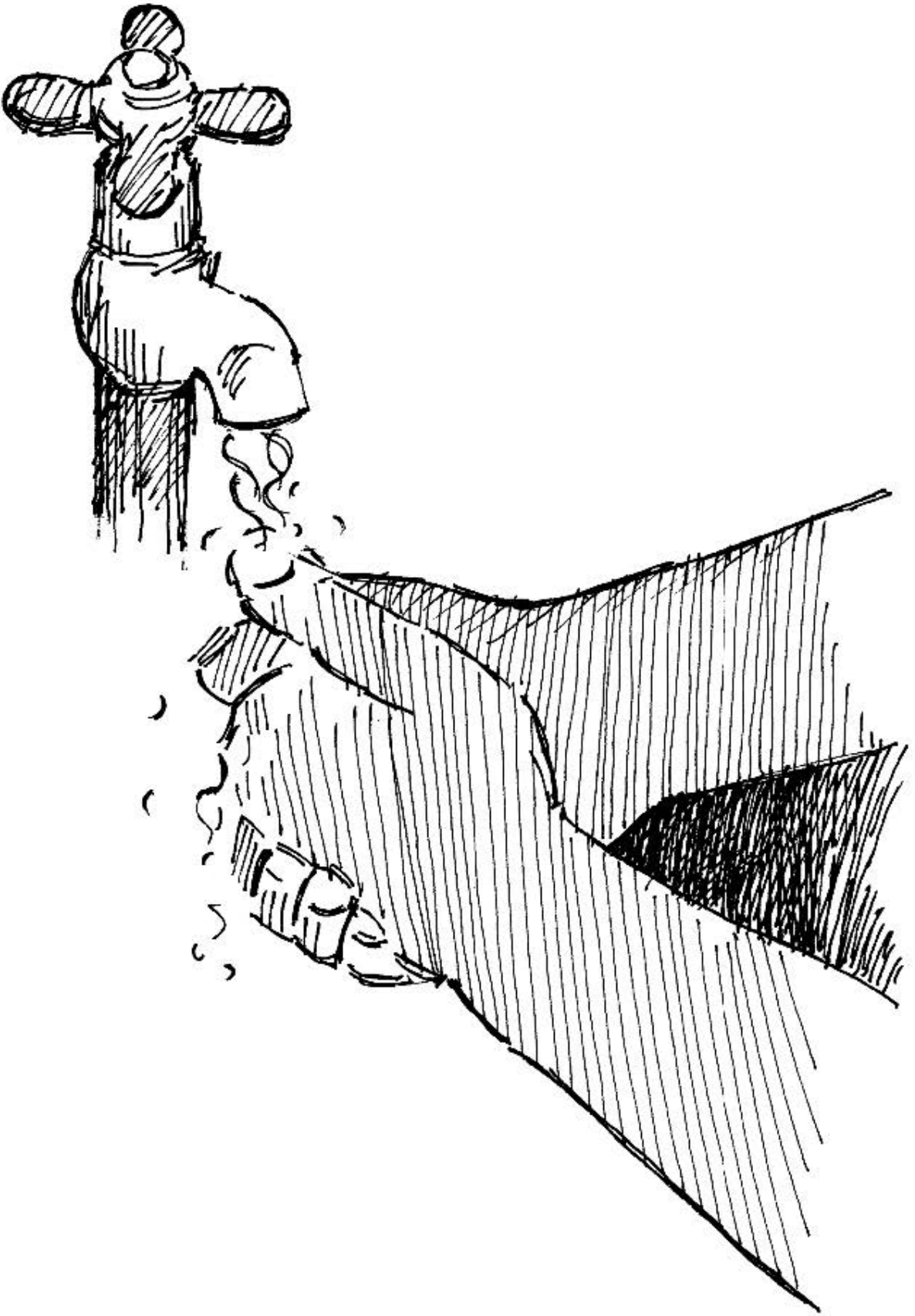
- Être allé aux toilettes
  - Les hommes, garçons, femmes et filles devraient se laver les mains après être allés aux toilettes
  - Les femmes et filles devraient appliquer les pratiques d'hygiène menstruelle pendant leurs cycles mensuels
    - Promouvoir l'utilisation de protections propres et sèches (jetables ou réutilisables)
    - Encourager à les changer et se laver aussi souvent que nécessaire
    - Dissuader de partager ses protections réutilisables
- Avoir lavé un bébé
- Avoir touché des ordures ou des déchets
- Avoir touché des animaux ou leur avoir donné à manger ; avoir manipulé de la viande crue
- S'être mouché, avoir toussé ou éternué
- Avoir soigné une blessure ou s'être occupé d'une personne malade
- Être entré en contact avec un malade lors d'une épidémie (voir la fiche action 35)

## Que faire et comment s'y prendre

### *Comment se laver les mains*

- Se mouiller les mains et les frotter avec du savon.
- Frotter toutes les parties de vos mains l'une contre l'autre pendant 10 à 15 secondes.
- Utiliser beaucoup de force (presser ses mains l'une contre l'autre) et n'oublier aucune surface, y compris le dos des mains et l'espace entre les doigts.
- Bien se rincer les mains pour enlever tout le savon.
- Se sécher les mains avec du papier absorbant. S'il n'y en a pas, les secouer dans l'air jusqu'à ce qu'elles soient sèches.



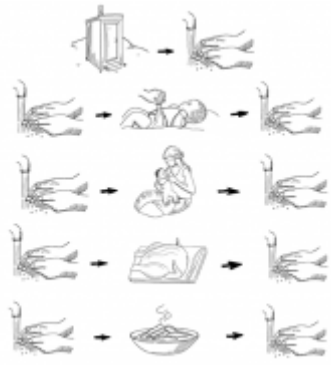




**Messages à la population**



08. Washing hands with soap



09. When to wash hands

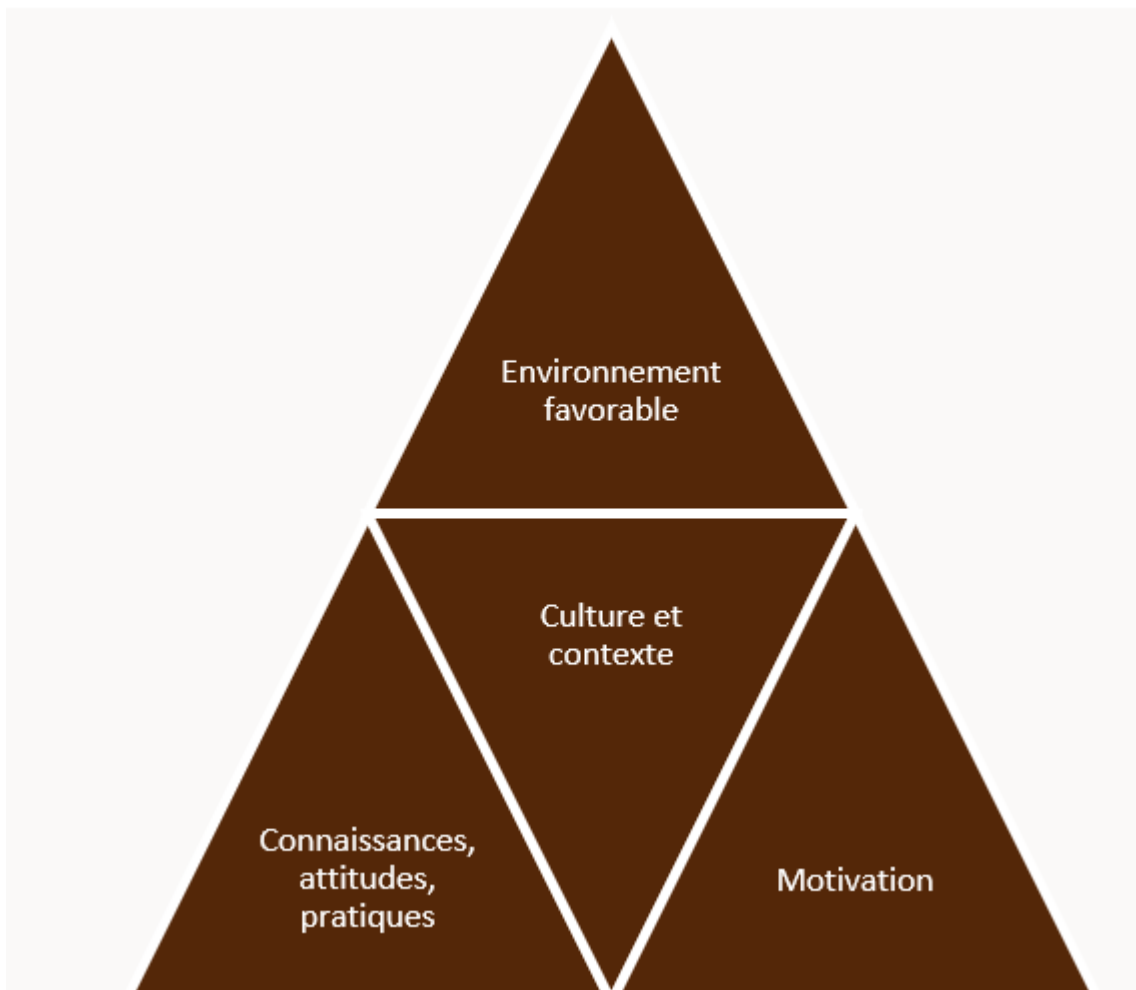
# 43. Mobilisation sociale et changement de comportement

## Aperçu

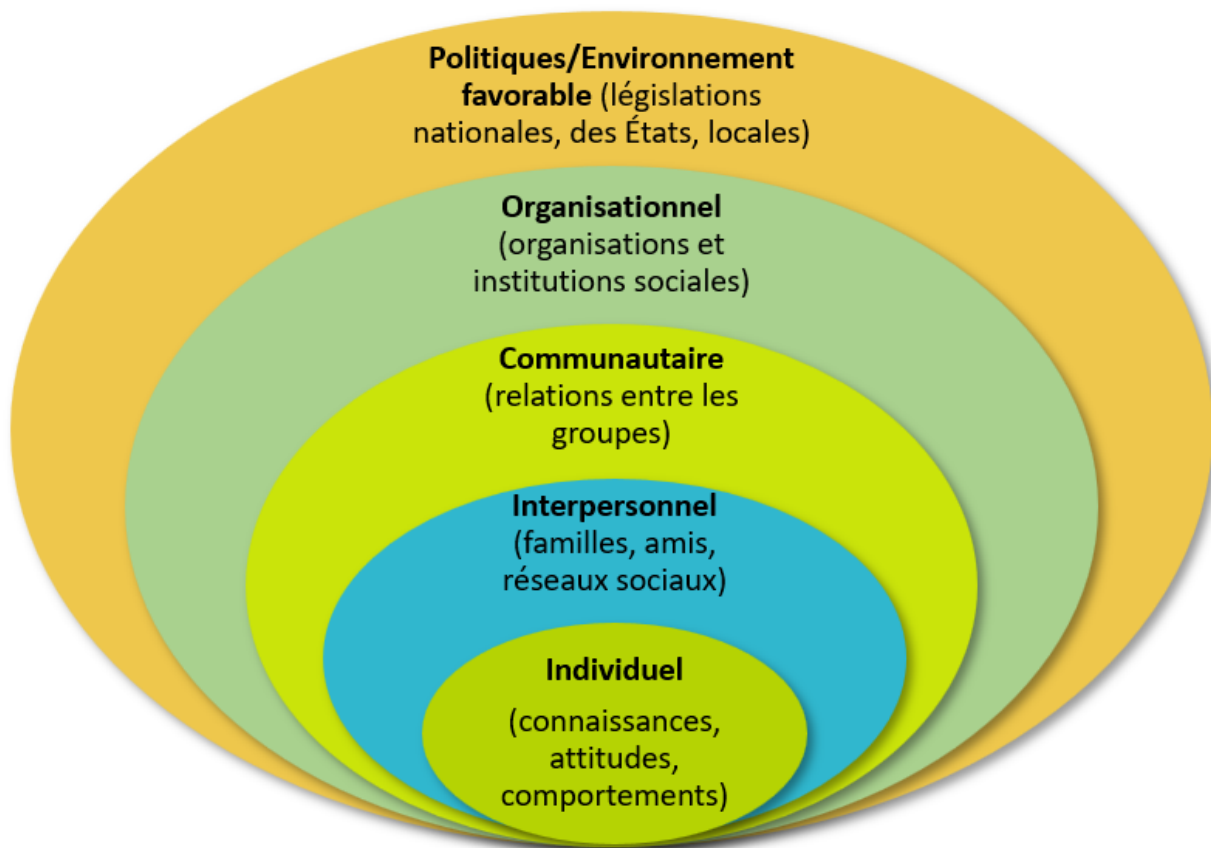
Les gens peuvent adopter des comportements malsains pour de nombreuses raisons. L'accès aux services ou aux installations, les normes sociales ainsi que les pratiques observées sur les lieux de travail, de vie et de divertissement influencent ces comportements. Le changement de comportement est l'étude des motifs qui poussent les personnes à modifier une habitude ou une action dans leur vie et des moyens qu'ils emploient pour y parvenir. En tant que volontaires, nous devons comprendre POURQUOI un comportement est adopté et QUELLES mesures permettront de le modifier pour créer des comportements sains. Le lavage des mains, l'allaitement, la vaccination, l'utilisation systématique de préservatifs et l'emploi de moustiquaires sont des exemples de comportements sains.

Quels que soient la culture et le contexte, le changement de comportement implique trois éléments. Pour changer de comportement, les personnes doivent :

1. savoir quoi, pourquoi et comment changer. Il leur faut des connaissances.
2. disposer des outils, de l'accès et des capacités adaptés. Elles ont besoin d'un environnement favorable.
3. être motivées à changer



Le modèle socioécologique qui suit montre comment les comportements de chacun sont influencés à de nombreux niveaux, notamment au niveau individuel, interpersonnel, communautaire, organisationnel et, plus généralement, au niveau des politiques, lequel comprend les législations et politiques qui autorisent ou interdisent un comportement. Afin de promouvoir la santé, il est important d'envisager et de planifier des activités pour le changement de comportement à plusieurs niveaux simultanément. Cette approche a beaucoup plus de chances d'avoir des résultats positifs sur des changements de comportement dans la durée. En tant que volontaire, il est utile de comprendre que les changements de comportement constituent un processus difficile pour de nombreuses personnes du fait de ces nombreux niveaux, des interactions et des défis qui s'y produisent. Lorsque vous vous attachez à la façon dont chacun de ces niveaux affecte le comportement d'une personne que vous souhaitez aider, vous pouvez imaginer, pour chaque niveau, différentes activités qui lui soient adaptées.



Modèle socioécologique

## Que faire et comment s'y prendre

Le processus global d'élaboration d'une intervention pour le changement de comportement prévoit que le personnel et les volontaires travaillent sur les étapes générales consistant à :

- Sensibiliser la communauté au processus de changement de comportement en utilisant le modèle de la théorie du changement.
- Évaluer le comportement problématique – pourquoi, par qui et quand est-il pratiqué, et quels facteurs au sein de l'environnement ou de la société encouragent ce comportement ? Analyser ces informations aux différents niveaux du modèle socioécologique pour chaque communauté servie.
- Fixer un objectif comportemental approprié sur la base de l'évaluation menée.
- Examiner, à chaque niveau, les motifs ou les obstacles qui permettent au comportement de continuer.

Mettre en place des interventions correspondant à chaque motif ou obstacle, qui peuvent être utilisées à différents niveaux.

- Échanger avec la communauté au sujet des interventions suggérées pour chaque modèle socioécologique.
- Identifier des interventions adaptées au contexte pour chaque niveau. Ces interventions devraient être prévues pour suivre les étapes de la théorie du changement : elles devraient, premièrement, apporter des connaissances et instaurer un environnement favorable ; ensuite, encourager les personnes clés à approuver l'idée du changement et à exprimer l'intention de changer ; et enfin, les orienter vers des actions qui contribuent à l'objectif global.
- Mettre en œuvre les interventions à chaque niveau.
- Assurer un suivi pour vérifier si un changement se produit. Le changement prend du temps, mais il doit être surveillé afin de s'assurer qu'il a lieu, même lentement. En outre, à mesure que les personnes avancent dans le processus de changement, les obstacles et les motifs de chacun évoluent. Les interventions en faveur du changement de comportement devraient s'adapter à cette évolution afin de veiller à ce que le changement puisse se poursuivre.
- Reconnaître que, lorsque le changement ne se produit pas comme prévu, une évaluation approfondie et un ajustement de l'intervention sont nécessaires.
- Continuer à mettre en œuvre, surveiller, évaluer et ajuster à mesure que le processus de changement avance.

Pour plus d'informations, veuillez consulter le manuel eCBHFA sur le [changement de comportement](#) à l'intention des volontaires, qui contient :

1. Les principes du changement de comportement
2. Le modèle socioécologique
3. Les étapes du changement de comportement
4. Activités pour le changement comportemental

## Messages à la population



23. Encouraging healthy behaviours in a community