

## *Saviez-vous que...*



On entend de plus en plus parler de « déconfinement ». Pourtant, certains sont d'avis que le confinement devrait être obligatoire pour les personnes âgées parce qu'elles sont plus à risque. D'autres pensent que ce serait une mesure discriminatoire. L'âge doit-il être un critère pour rester ou non confiné ?

Les données recueillies indiquent en effet que les personnes âgées sont plus à risque d'effets graves et de décès causés par le coronavirus. La proportion des malades devant être hospitalisés grimpe fortement avec l'âge. Mais il y a aussi des personnes de moins de 60 ans qui ont des problèmes de santé chroniques et qui sont à risque.

Le confinement est une mesure efficace pour minimiser le danger lié au coronavirus, mais il entraîne aussi des risques particuliers pour les personnes âgées. L'absence de contacts familiaux et sociaux favoriserait un déclin cognitif et pourrait amener les personnes âgées à être moins actives et à négliger leur alimentation. Une mauvaise alimentation et la perte de muscles due à une baisse d'activité physique peuvent les rendre plus vulnérables.

Jusqu'à ce qu'un vaccin efficace soit disponible, les personnes âgées doivent s'attendre à devoir maintenir des mesures de distanciation sociale telles que limiter les contacts et les sorties. De plus, le port d'un masque pourrait être fortement recommandé lors des sorties, et à domicile en présence de visiteurs.

Le lavage des mains demeurera important avant de sortir de chez soi, après chaque sortie à l'extérieur, après avoir rendu visite à une personne, après toute manipulation d'un masque.

Les visites à la maison devront être entourées de précautions particulières. Ces précautions pourraient inclure la nécessité d'éviter les contacts physiques, de limiter le nombre de visiteurs, d'éviter les visites de personnes symptomatiques ou d'enfants. Afin de limiter les risques de contagion, le visiteur pourrait se laver les mains en arrivant au domicile et porter lui aussi un masque.

*...ces mesures pourraient sembler excessives puisque le virus demeure invisible.*

*...le retour à la normale, ce n'est pas pour demain.*