

## **Title: Guide pour les adolescents**

### **Guide Covid-19 pour les adolescents**

Les adolescents,

Ce que vous faites en ce moment est important, et je veux que vous compreniez pourquoi. Je suis pédiatre et c'est ce que vous devez savoir sur COVID-19:

- C'est nouveau. Cette souche de coronavirus, qui provoque un rhume pouvant conduire à une pneumonie, n'existait pas avant cet hiver. C'est important car cela signifie que l'on est immunisé.
- C'est tellement contagieux. Elle se propage comme le rhume, ou pire. Il vit dans la morve et le crachat. Il vit sur des surfaces métalliques ou en plastique (votre étui de téléphone ? les rampes d'escalier publiques ?) pendant des JOURS.
- C'est mortel. Environ 1% des personnes qui en sont atteintes meurent. C'est 1 sur 100, au cas où ce manque d'école vous ferait perdre vos compétences en mathématiques.
- Il y a de fortes chances que vous l'attrapiez. Selon les estimations actuelles, environ la moitié des personnes dans le monde contracteront un coronavirus cette année. Les gens, c'est 1 sur 2. C'est comme vous, ou votre partenaire de laboratoire.
- Heureusement, vous vous en sortirez probablement. Quand vous l'attraperez, vous ne le remarquerez peut-être même pas. La plupart des personnes atteintes de coronavirus ne sont pas super malades. En fait, certaines personnes, surtout les jeunes, sont infectées et ne ressentent rien. Signe de soulagement, n'est-ce pas?
- Désolé, non. Quand vous attrapez un coronavirus, il vous utilise pour se reproduire. Le virus transforme votre nez en une machine à fabriquer des virus, donc vous le répandez sans même le savoir.
- Ecoutez, les gars. Il ne s'agit pas de vous. Il s'agit surtout de personnes âgées. Ta grand-mère, la grand-mère de ton ami, la gentille dame du café qui fait ton chai. Il s'agit aussi de personnes qui souffrent d'asthme, d'hypertension ou de diabète. Lorsque ces personnes attrapent un coronavirus, il y a beaucoup plus de chances que cela se transforme en pneumonie grave. L'infection atteint leurs poumons, puis s'aggrave jusqu'à ce qu'ils ne puissent plus respirer.
- Les hôpitaux peuvent aider un grand nombre de ces personnes. Mais voici le problème : les hôpitaux ne peuvent pas aider si tout le monde tombe malade en même temps. Il n'y a littéralement pas assez de place. Et il n'y a pas de lits, d'infirmières, de masques, de tests, de médicaments, de ventilateurs ou de bouteilles d'oxygène. Si tout le monde tombe malade en même temps, nous sommes dans le pétrin.

- Cette maladie nous a pris par surprise (je sais...ne jugez pas). Les médecins ont besoin de temps pour trouver les meilleurs moyens de la traiter. Nous sommes en train de passer à la vitesse supérieure, mais nous avons besoin de temps.
- Voici comment vous aidez : Ralentissez. Restez à l'écart des gens. N'allez pas dans des endroits où les germes se trouvent. Ne touchez pas aux choses. Ne touchez pas les gens. Ne te laisse pas utiliser ! Littéralement, restez chez vous. Ne devenez pas un centre de reproduction de virus ambulants.

Rester à la maison n'arrêtera pas le virus (parce que tu devras éventuellement sortir), mais si on le ralentit, on peut le rattraper. Faites votre part, gagnez du temps. Les gens, vous m'entendez ? Je vous donne la meilleure excuse possible pour rester à la maison et ne rien faire. S'il y a jamais eu un moment pour faire bouger votre côté introverti, c'est maintenant. Faites-le, et sauvez des vies.

-KM