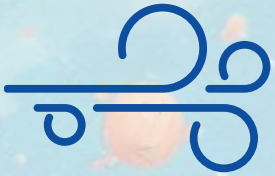
LES ENFANTS ONT DROIT À DE L'AIR PUR !

Chaque jour nous respirons
11 000 litres d'air.
Mais que contiennent-ils ?



L'air intérieur est pollué par des moisissures, des allergènes d'acariens, des pollens, des particules fines, des aérosols expirés par les autres personnes qui contiennent du CO_2, des virus et des bactéries.

En France, la qualité de l'air dans les écoles est mauvaise : plus de 90 % des écoles dépassent les seuils de pollution définis par l'OMS.

La concentration de CO_2 est un indicateur de la qualité du renouvellement de l'air.
Ne pas dépasser 800 ppm de CO_2, c'est la loi.
À vérifier tous les ans !

La pollution de l'air intérieur rend les enfants malades

L'exposition continue des enfants à un air malsain a des conséquences lourdes sur leur santé et leur bien-être :

- problèmes de concentration
- maux de tête
- fatigue
- asthme
- allergies
- transmission des maladies

Ces maladies sont responsables de **60 % des absences scolaires** et certaines affaiblissent le système immunitaire des enfants, comme la bronchiolite, la rougeole et le covid.

Le système immunitaire n'est pas un muscle qui se renforce à chaque infection, mais au contraire **un bouclier** qu'il faut garder en bon état.

La maladie la plus récente, le **covid**, **circule tout le temps,** avec des pics de contaminations plusieurs fois par an, contrairement aux autres maladies hivernales.

Il s'agit d'une **maladie vasculaire systémique**, dont la porte d'entrée dans l'organisme se fait par la respiration. Le virus est ensuite susceptible d'impacter différents organes.

Chez les enfants, il peut rester inaperçu car les symptômes extérieurs paraissent bénins (nez qui coule, fatigue).

Cependant, même en l'absence de symptômes ou avec des symptômes légers, les études scientifiques indiquent que le virus peut :

affaiblir le système immunitaire, rendant les enfants vulnérables à d'autres maladies,

et **affecter les systèmes cardiovasculaire, respiratoire, digestif** et **neurologique** (grande fatigue, difficultés à se concentrer, brouillard mental).

Les séquelles

Après une infection au covid,
même inoffensive en apparence,
des séquelles
peuvent s'installer sur des mois
voire des années :

le Covid Long Pédiatrique

Les symptômes les plus courants chez les enfants sont :

- des maux de tête
- des troubles du sommeil
- de l'essoufflement
- de la fatigue
- des malaises post-effort

Dans les cas les plus graves, les enfants ne peuvent plus aller à l'école, avoir une vie sociale, ni parfois même quitter leur maison.

Chaque nouvelle infection au covid pourrait augmenter fortement **le risque** de développer un covid long.

Protégeons les enfants !

Pour se protéger **au niveau collectif,** on peut :

- favoriser les **événements en extérieur**
- **surveiller la qualité de l'air** intérieur, dans les écoles comme ailleurs
- **aérer fréquemment** les pièces
- installer des **purificateurs d'air**
- améliorer le **système de ventilation**

Pour se protéger **au niveau individuel** :

- **Le vaccin à renouveler** tous les 6-12 mois réduit les risques du covid comme du covid long.
- Il faut **se tester** en cas de symptômes même bénins (PCR gratuit et sans ordonnance en laboratoire).
- En cas de résultat positif, il convient de **rester à la maison** et de **se reposer**.

- Le port d'un **masque FFP2** permet de se défendre contre les maladies aéroportées, les particules fines et les pollens.

Nous contacter

Winslow Santé Publique
winslowsantepublique.wordpress.com

Email
winslowsantepublique@proton.me

Site ressources
pandemies.org

Autres ressources

- **Écoles et Familles Oubliées**
  ecole-oubliee.fr
- **Nous aérons**
  nousaerons.fr
- **Association ARRA**
  linktr.ee/associationarra
- **Association Covid Long France**
  apresj20.fr

édition 2024