

# COVID-19

politique.union@sonapresse.com

Echos covid

Par F.S.L.  
FRANCE : LA TOUR EIFFEL À NOUVEAU FRÉQUENTÉE



Photo: AFP

La Tour Eiffel, qui a rouvert en juillet après près de neuf mois de fermeture, a connu «un beau mois d'octobre» grâce à un «vrai retour du tourisme» dans la capitale française, retrouvant des niveaux de fréquentation d'avant-Covid, selon sa société d'exploitation.

OMS : INQUIÉTUDES POUR L'EUROPE

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) s'est alarmée, hier, du rythme "très préoccupant" de transmission du Covid-19 observé actuellement en Europe, qui pourrait déboucher sur un demi-million de morts supplémentaires sur le continent d'ici février. "Nous sommes, de nouveau, à l'épicentre", a déploré le directeur de l'OMS Europe, Hans Kluge, lors d'une conférence de presse en ligne.

ALLEMAGNE : RECORD D'INFECTIONS QUOTIDIENNES

L'Allemagne a enregistré, hier, un nombre record de nouvelles infections au Covid-19 avec 33 949 cas supplémentaires en 24 heures, selon l'institut de veille sanitaire Robert Koch. Le précédent record avait été atteint le 18 décembre 2020, avec 33 777 nouvelles infections.

ROYAUME-UNI : LA PILULE ANTI-COVID DE MERCK APPROUVÉE

Le Royaume-Uni a annoncé, hier, être le premier pays à autoriser le molnupiravir, traitement par comprimé contre le Covid-19 élaboré par le laboratoire américain Merck. Le molnupiravir a été autorisé par l'agence de régulation britannique, la MHRA, pour une utilisation chez les personnes souffrant d'un Covid léger à modérer et présentant au moins un facteur de risque de développer une maladie grave (obésité, plus de 60 ans, diabète, maladies cardiaques).

## Plus de 130 000 vaccinés

F.S.L.  
Libreville/Gabon

À la date du 30 octobre dernier, le Gabon enregistrait 130 655 personnes vaccinées contre le Covid-19, dont 101 300 pour la deuxième dose. Parmi celles-ci, on a noté 78 % de sexe masculin, 5,9 % âgés de plus de 60 ans, 5,4 % souffrant d'hypertension, 1,7 % du diabète. Aucun effet secondaire majeur n'a été rapporté.

Jusqu'ici le niveau de couverture vaccinale contre cette maladie reste très en deçà des attentes des autorités du pays. Alors que

Notons que la vaccination est une mesure de prévention complémentaire des mesures barrières.

Toute personne vaccinée est invitée à continuer de les appliquer scrupuleusement, afin de ne pas se contaminer et mettre en danger la vie de ceux qui ne sont pas vaccinés. Elle ne saurait donc constituer un traitement contre le Covid-19. Toute personne volontaire au vaccin, mais ayant un diagnostic confirmé ou présentant ou ayant présenté dans les semaines précédant le jour de la vaccination, un symptôme suspect de Covid-19, une fièvre traitée comme un paludisme, de ne pas se faire vacciner et d'en informer l'équipe de vaccination. Celle-ci l'orientera vers le centre de dépistage du coronavirus.

le vœu est de parvenir à une cible de 50 % de la population totale vaccinée, le niveau de couverture vaccinale se situe encore à 9,98 %, dont 12,87 % pour la première dose.

Notons que la vaccination est une mesure de prévention complémentaire des mesures

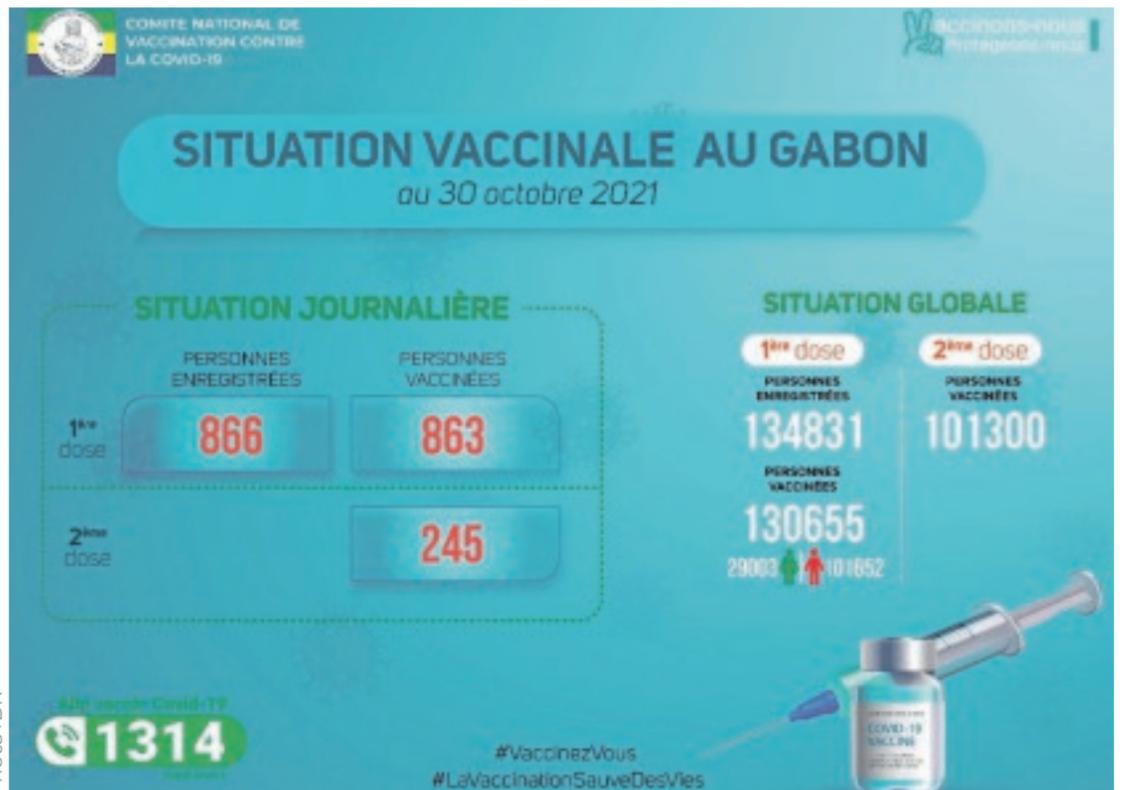


Photo: DR

## Comment s'alimenter lorsqu'on est testé positif ?

Sveltana NTSAME NDONG  
Libreville/Gabon

Si d'ordinaire il est important de s'alimenter sagement en priorisant les apports énergétiques de certains aliments, pour éviter la déshydratation et fortifier les défenses immunitaires, cet impératif se pose avec beaucoup plus d'acuité une fois testé positif au coronavirus. En effet, les spécialistes recommandent de bien s'alimenter lorsqu'on est atteint du Covid-19.

"Une alimentation saine est essentielle pour notre système immunitaire et notre santé. La nourriture que nous consommons influe sur ce que nous ressentons et sur le fonctionnement de nos corps. Cela vaut aussi bien pendant, qu'avant ou après la maladie", indiquent les spécialistes de l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). Ainsi, six habitudes alimentaires sont à adopter avant, pendant, et après le Covid-19.



Photo: DR/L'Union

**Riches en fibres, minéraux et vitamines, les fruits sont très recommandés une fois testé positif au coronavirus.**

Il s'agit, entre autres, de la diversification de l'alimentation. Car, selon eux, manger les aliments variés provenant de tous les groupes alimentaires, permet d'assurer un apport suffisant de nutriments importants. Il y a également la consommation de plusieurs fruits et légumes, qui sont une source importante de vitamines, de minéraux et

de fibres, qui sont nécessaires à une alimentation saine. Il faut aussi manger les légumineuses, céréales complètes et des fruits à coque. En plus d'avoir une bonne hygiène alimentaire, la pratique d'exercices physiques et la consommation de beaucoup d'eau restent fortement recommandées.