

# Les enfants, les adolescents et les familles face à la COVID-19

## Children, Youth and Families During COVID-19

### Écoles

Le port du masque dans les écoles n'est pas obligatoire pour le personnel et les élèves de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année et pour les visiteurs après la semaine de relâche. Le port du masque au-delà de la date recommandée par la santé publique est un choix personnel qui repose sur la préférence individuelle. Certains élèves et membres du personnel peuvent choisir de continuer à porter un masque ou couvre-visage non médicaux tout au long de la journée ou pour certaines activités, une décision à respecter.

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les sites :

- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Services de garde, écoles et camps](#) (en anglais seulement)
- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Écoles de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année et la COVID-19](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Sécurité dans les écoles pendant la pandémie de COVID-19](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Informations à l'intention des parents et des familles](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Bilan de santé quotidien de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement de la Colombie-Britannique : Directives provinciales relatives à la COVID-19 sur les maladies transmissibles pour les établissements de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année](#) (en anglais seulement, PDF, 585 Ko)

### Expositions dans les écoles

Le retour en classe peut être une source d'inquiétude relativement aux risques accrus d'exposition à la COVID-19. Pour de plus amples renseignements de votre autorité sanitaire locale sur les expositions dans les écoles, consultez (en anglais seulement) :

- [Fraser Health: Éclosions en milieu scolaire](#)
- [Interior Health: Expositions à la COVID-19 en milieu public et scolaire](#)
- [Island Health: La COVID-19 dans les écoles](#)
- [Northern Health: Expositions publiques, éclosions et application de la loi](#)
- [Vancouver Coastal Health: Informations concernant les écoles de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année et les services de garde](#)

Vous et votre enfant avez peut-être des questions sur l'administration du test de dépistage de la COVID-19. Afin de diminuer l'anxiété et l'inquiétude chez les enfants qui doivent subir ce test, le British Columbia Children's Hospital a élaboré une vidéo informative. Vous pouvez regarder, en anglais, la démonstration de l'administration par une spécialiste pour enfants et voir comment les enfants se sentent au cours du test. Regardez-la maintenant pour en apprendre davantage sur le [test de dépistage de la COVID-19 chez les enfants](#) (en anglais, sous-titres disponibles en français). On recommande le test de dépistage à quiconque présente des symptômes s'apparentant au rhume, à la grippe ou à la COVID-19, même s'ils sont légers. Il n'est pas nécessaire si vous ne présentez pas de symptôme. Vous n'avez pas besoin d'aiguillage ni n'avez à communiquer avec le service **8-1-1**. Visitez la page [Apprenez-en davantage sur le test de dépistage et les endroits où vous pouvez l'obtenir \(en anglais seulement\)](#).

## La santé de la mère et du nourrisson

### Pendant la grossesse

La grossesse n'augmente pas le risque de contracter la COVID-19. Les femmes enceintes devraient suivre les mêmes directives d'isolement que tous les autres citoyens de la région ou du quartier. Si vous tombez malade pendant votre grossesse, vous devriez en parler à votre fournisseur de soins de santé et subir un test de dépistage.

Pour en savoir plus sur la grossesse et la COVID-19, consultez les sites Web suivants :

- [BC Women's Hospital : Renseignements sur la COVID-19 destinés aux patients \(questions courantes\)](#) (en anglais seulement)
- [Gouvernement du Canada : COVID-19 : Grossesse, accouchement et soins d'un nouveau-né](#)

### Allaitement maternel du nourrisson

L'allaitement maternel est une bonne façon de protéger votre bébé des maladies. Poursuivez l'allaitement maternel et continuez à pratiquer souvent le peau à peau avec votre bébé. Vous laver souvent les mains l'aide à ne pas tomber malade. Pour plus de sécurité, portez le masque lorsque vous allaitez si vous ne vous sentez pas bien. Si vous employez un tire-lait, lavez-en soigneusement toutes les composantes ainsi que les fournitures d'allaitement à chaque utilisation. Que vous utilisiez exclusivement de la préparation pour nourrisson ou ne l'employiez qu'à l'occasion, ayez sous la main suffisamment de préparation pour deux semaines.

Pour en apprendre davantage sur l'allaitement maternel pendant la COVID-19, consultez les sites suivants (en anglais seulement) :

- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Bébés](#)
- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : L'allaitement et la COVID-19](#) (PDF, 590 Ko)
- [Perinatal Services BC: La COVID-19 et l'allaitement – Foire aux questions \(PDF, 89 Ko\)](#) (PDF, 89 Ko)
- [Perinatal Services BC: La COVID-19 et l'alimentation du nourrisson au lait maternisé – Foire aux questions](#) (PDF, 139 Ko)

## Les pratiques parentales pendant la pandémie de COVID-19

Il n'est pas facile d'être parents pendant la pandémie. En effet, les enfants peuvent s'ennuyer et vouloir voir leurs amis. Certains ne fréquentent plus le service de garde ou l'école. Vous pouvez avoir des préoccupations additionnelles au sujet de la santé mentale et physique de vos enfants.

### Des pratiques parentales positives en temps de pandémie

Les enfants et les jeunes peuvent avoir besoin de soutien supplémentaire pour surmonter le fait d'être loin de leurs amis et de ne pas être en mesure de pratiquer leurs activités habituelles. Apprenez-en davantage sur la façon d'aborder le sujet de la pandémie avec les enfants et les adolescents.

- [Société canadienne de pédiatrie : Aider les enfants et les adolescents à affronter des événements publics stressants](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Comment parler aux enfants de la COVID-19? Soyez « rassurant, mais réaliste »](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Les pratiques parentales pendant la COVID-19 : un nouveau défi](#)
- [HabiloMédias : Aider les enfants à garder contact malgré la distanciation physique](#) (en anglais seulement)
- [HabiloMédias : Les médias sociaux et le temps d'écran durant une pandémie](#)

### Ressources pour les adolescents et leurs parents

Apprenez-en davantage sur la façon de soutenir votre adolescent pendant la pandémie.

- [Société canadienne de pédiatrie : La COVID, les jeunes et la consommation de substances psychoactives : des messages capitaux aux jeunes et à leur famille](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Trucs et astuces pour un confinement moins difficile à l'adolescence pendant la pandémie au COVID-19](#)
- [Jeunesse, J'écoute : Nous sommes là pour toi pendant l'épidémie du COVID-19](#)

## Promouvoir la santé mentale chez les enfants et les adolescents

Les exigences de la distanciation physique et de l'isolement peuvent nuire à la santé mentale des jeunes. Trouvez des ressources pour soutenir les enfants.

- [Société canadienne de pédiatrie : Comment aider les jeunes à lutter contre la déprime pendant la COVID-19 et la #distanciationphysique](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Le soutien des jeunes qui ont des troubles anxieux pendant la pandémie de COVID-19](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Le système CARD pour faire face à la peur et à l'anxiété](#)
- [Comité permanent interorganisations : Mon héroïne, c'est toi – Comment combattre le COVID-19 quand on est un enfant](#)

- [La santé mentale et la COVID-19](#)

## La COVID-19 chez les enfants

Les enfants présentent généralement des symptômes plus légers que les adultes. Afin d'obtenir des renseignements sur les effets de la COVID-19 sur les enfants et la manière de les garder en sécurité, consultez [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : La COVID-19 et les enfants](#) (en anglais seulement) Pour savoir quand demander des soins en raison de la COVID-19, consultez le document [Child Health BC : Un message aux parents et aux soignants pendant la pandémie de COVID-19](#) (en anglais seulement, PDF, 351 Ko).

### Les éruptions cutanées et les réactions inflammatoires

On a aussi signalé des éruptions ou des lésions cutanées ou encore une réaction inflammatoire chez des enfants plusieurs semaines après qu'ils avaient été infectés par la COVID-19. Les « orteils COVID », qu'on appelle aussi lésions cutanées de type perniose, sont l'une des nombreuses lésions cutanées observées avec la COVID-19. Ils semblent correspondre à un type particulier d'éruption cutanée. On les observe généralement chez les enfants ou les jeunes adultes et elles ne sont pas associées à une forme grave de la maladie.

### Syndrome inflammatoire multisystémique chez les enfants (MIS-C)

Le [syndrome inflammatoire multisystémique](#) chez les enfants (page en anglais seulement) est un syndrome clinique récemment reconnu chez les enfants et les adolescents. Il semble être causé par une réponse immunitaire exagérée menant à une grave inflammation généralisée. Différentes parties du corps peuvent s'enflammer, dont le cœur, l'appareil digestif, les poumons, les reins, le cerveau, la peau, les yeux et les ganglions lymphatiques. Ce syndrome peut être grave et mortel, mais l'état de santé de la plupart des enfants s'améliore avec des soins médicaux.

## Les enfants aux besoins particuliers en matière de santé

Vous pourriez avoir des préoccupations supplémentaires si votre enfant a des besoins particuliers en matière de santé.

- [Autism Speaks : COVID-19 : information et ressources destinées aux familles](#) (en anglais seulement)
- [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Enfants présentant un déficit immunitaire](#) (en anglais seulement) [British Columbia Children's Hospital : Feuille de suivi des doses d'inhalateur](#) (en anglais seulement, PDF, 129 Ko)
- [Société canadienne de pédiatrie : L'asthme pédiatrique et la COVID-19](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Le diabète de type 1 et la COVID-19 : la reprise de l'école](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : Quand votre enfant a le TDAH : s'adapter en temps de pandémie](#)
- [Hôpital SickKids : Soutenir votre enfant atteint d'un trouble du développement neurologique pendant la crise de COVID-19](#) (en anglais seulement)

# Sécurité

Apprenez-en davantage sur la prévention des blessures pendant la pandémie.

- [Prévention des blessures pendant la pandémie de COVID-19](#)
- [Société canadienne de pédiatrie : La prévention des blessures à domicile en période de COVID-19](#)

**Dernière mise à jour :** Le 11 mars 2022

Les renseignements présentés ci-dessus sont adaptés des documents qu'on trouve sur les sites (en anglais seulement) [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Renseignements relatifs au dépistage](#), [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Les éruptions cutanées et les réactions inflammatoires](#), [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Bébés](#), [BC Women's Hospital : Renseignements sur la COVID-19 destinés aux patients \(questions courantes\)](#) et [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Écoles de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année et la COVID-19](#) et [Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique : Types de tests](#), pages consultées en août 2021.

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) ou votre bureau de santé publique local. Pour obtenir des renseignements ou des conseils non urgents sur la santé en Colombie-Britannique, consultez le [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) (en anglais seulement) ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.