



ALERTE COVID

**ESTIMATION DU NOMBRE DE CAS ISSUS DES DONNÉES
DU RÉSEAU SENTINELLES : 130**

**NOMBRE DE CAS CONFIRMÉS PAR LE CHU :
160 (+1)**

POINT DE SITUATION 16 avril 2020

16 (-1) sont hospitalisés en réanimation **73** personnes sont guéries **8** décès sont à déplorer parmi les cas confirmés et **3** décès suspects ont été signalés.

LES CAS CONFIRMÉS BIOLOGIQUEMENT :

Parmi les 160 cas confirmés :

- Il y a 77 femmes et 83 hommes
- 38 sont âgés de 15 à 44 ans
- 63 ont entre 45 et 64 ans
- 44 sont âgés de 65 à 74 ans
- Et 15 ont plus de 75 ans

Au total, depuis le 13 mars, 36 cas biologiquement confirmés ont été admis en service de réanimation parmi lesquels on dénombre 42% de femmes et 58% d'hommes.

QUELQUES RÈGLES D'HYGIÈNE DE VIE GÉNÉRALE

La tension que maintient l'épidémie de coronavirus sur le système de santé régional témoigne de l'importance d'un strict respect du confinement.

Pour le grand public, les gestes barrières et la distanciation sociale demeurent des impératifs d'actualité. L'Agence Régionale de Santé de Martinique tient aussi à rappeler quelques règles d'hygiène de vie générale, à mettre en œuvre au quotidien.

- Aérer son logement chaque jour Les environnements clos peuvent exposer à des polluants divers. Il est donc important d'aérer son logement au moins 10 minutes par jour et davantage pendant les activités de bricolage, ménage, cuisine... Autre précaution : ne pas gêner le fonctionnement des systèmes d'aération et veiller à leur entretien régulier.

- Adapter et équilibrer son alimentation Le site Manger Bouger donne toutes les clés de la nutrition-santé adaptées à cette période de confinement. En montrant que la créativité et le plaisir ne sont pas incompatibles avec l'équilibre alimentaire.
- Pratiquer une activité physique minimale Une pratique minimale d'activités physiques dynamiques est recommandée, correspondant à 1 heure par jour pour les enfants et les adolescents, 30 minutes par jour pour les adultes. En complément, il est également conseillé de réaliser plusieurs fois par semaine des activités variées renforçant les muscles et de penser à rompre les périodes prolongées passées en position assise par quelques minutes de marche et d'étirements, au minimum toutes les 2 heures.

RÉSERVE RÉGIONALE : 100 VOLONTAIRES ENREGISTRÉS

- Suite à l'appel à la réserve régionale lancé le 2 avril et à la mise en place d'une plateforme d'inscription, 100 professionnels se sont d'ores et déjà portés volontaires pour venir en renfort des équipes Covid-19.
- Parmi les professionnels volontaires, on compte des aides-soignant.e.s, des médecins généralistes, des infirmier.e.s, auxiliaires de puéricultures, etc.
- Cela traduit une très forte mobilisation et une solidarité incontestable.
- L'ARS Martinique fera appel à ces volontaires dès que l'évolution de la situation le justifiera.

* Ces données seront actualisées chaque semaine.