



SAME PLACES, NEW ADVENTURE

ARGENTINA - CHILE

INFORMATIONS MEDICALES ARGENTINE & CHILI

La sécurité et la santé des participants sont une préoccupation majeure pour les organisateurs du rallye. C'est pourquoi, cette année, cinquante trois personnes constitueront l'équipe médicale placée sous la direction du Docteur Florence Pommerie. Cette équipe sera à votre disposition pendant toute la durée de l'épreuve, 24 heures sur 24, avec trois missions principales :

- assurer la sécurité et les premiers secours sur la course grâce à ses moyens d'intervention : 10 véhicules 4x4 médicalisés, présence d'un médecin dans chacun des 3 camions-balais, 3 hélicoptères avec à bord une équipe de 2 médecins (réanimateur, urgentiste, infirmier-anesthésiste) ;
- répondre à tous vos problèmes médicaux au bivouac médical situé à proximité du PC Course (équipe placée sous la responsabilité du Docteur Campos) ;
- organiser votre rapatriement sanitaire en cas de nécessité.

Malgré l'importance de ses moyens humains et matériels, l'équipe médicale ne pourra supprimer tous les dangers afférents à une telle épreuve. Mais, si certains ne peuvent être prévus, d'autres peuvent être anticipés et évités. C'est pourquoi il nous semble nécessaire de vous informer des risques médicaux existants dans les pays traversés par le rallye et des précautions à prendre afin de s'en protéger.

A - Risques infectieux

LE PALUDISME (très peu de risque sur le trajet du rallye en Argentine et au Chili)

Du à un parasite, le plasmodium, il est transmis par les piqûres de moustiques ; il s'agit d'une affection grave, parfois mortelle. La maladie ne se déclare pas immédiatement et peut donc survenir à votre retour du rallye.

Néanmoins, le risque de paludisme, présent exclusivement sous la forme bénigne à *P.vivax*, est faible dans les pays traversés et est limité aux zones rurales le long des frontières avec la Bolivie (plaines des provinces de Salta et de Jujuy) et avec le Paraguay (plaines des provinces de Corrientes et Misiones).

Aucune vaccination n'est obligatoire pour les voyages internationaux en Argentine et au Chili.

LA FIÈVRE JAUNE

Il s'agit d'une affection virale transmise par les piqûres de moustiques. Souvent très grave (et même mortelle), elle est aujourd'hui évitée grâce à un vaccin. Valable 10 ans, ce vaccin n'est administré que dans des centres agréés et doit être fait au moins 10 jours avant le départ.

LA DENGUE

Elle est également transmise par les moustiques. Aucun vaccin ni traitement n'existe pour cette maladie en général bénigne (sensation grippale) mais qui peut être grave dans sa forme hémorragique. La protection contre les piqûres de moustiques est le seul moyen de s'en protéger. Quelques cas ont été détectés en Argentine.



SAME PLACES, NEW ADVENTURE

ARGENTINA - CHILE

LA RAGE

Elle existe dans certaines zones traversées par le Dakar. Elle est transmise par les morsures d'animaux infectés ou le léchage de plaie ; le chien n'est pas le seul vecteur. Certains animaux qui ne mordent pas habituellement le font parfois quand ils ont la maladie. Un vaccin existe mais ne paraît pas justifié car le risque reste tout de même mineur. Il est néanmoins conseillé d'éviter tout contact avec les animaux. De plus, la vaccination post-morsure est toujours possible.

LE CHOLÉRA

Le risque est faible en dehors des épidémies et si on respecte les règles d'hygiène élémentaires (contamination par voie buccale). Un vaccin oral existe néanmoins depuis peu de temps.

L'HÉPATITE A

Maladie répandue dans le monde entier, y compris dans les pays les plus développés, le risque de contamination est fonction des conditions de séjour. La maladie s'attrape par voie buccale. Un vaccin existe. Certaines personnes, sans le savoir, ont déjà contracté l'hépatite A. Un dosage des anticorps peut être fait afin d'éviter une vaccination, certes non dangereuse, mais inutile. Le traitement n'est que symptomatique.

LA TURISTA (germe = E.COLI)

Le plus souvent due à des virus, elle s'attrape par voie buccale. Il n'existe pas de traitement préventif mais il est important de se prémunir. Le seul moyen de s'en protéger est le parfait respect des règles d'hygiène.

Les aliments les plus à risque sont les plats préparés et consommés froids dans un deuxième temps, les fruits de mer, les viandes, les poissons peu ou mal cuits et les crudités, ainsi que les fruits non épluchés par soi-même. L'eau de boisson doit être bouillie, filtrée ou consommée dans des bouteilles encapsulées.

LES SALMONELLOSES SHIGELLOSES

Ces maladies s'attrapent par voie buccale. Un vaccin existe contre la fièvre typhoïde (qui est une salmonellose) mais pas contre toutes les bactéries. Ces maladies peuvent être graves malgré le traitement en règle pourtant très efficace.

Maladies dites MALADIES DES « MAINS SALES »

CHOLÉRA, HÉPATITE A, TURISTA, SALMONELLOSES SHIGELLOSES ont toutes en commun de s'attraper par voie orale, soit par l'eau ou par des aliments contaminés, soit en portant les mains à la bouche après avoir touché un objet contaminé. Il est donc important :

- de se laver les mains,
- de ne pas porter les mains à la bouche,
- d'éplucher les fruits et légumes et de manger des produits à la préparation dûment contrôlée,
- de ne boire que des produits en emballage clos que l'on ouvre soi-même sans les partager (contamination buccale).



SAME PLACES, NEW ADVENTURE

ARGENTINA - CHILE

AUTRES AFFECTIONS

(attention aux petits rongeurs !)

Plus de 1 500 cas de syndromes pulmonaires par **Hantavirus** ont été recensés en Amérique du Sud entre 1993 et 2004. Ce virus, véhiculé par un petit rongeur et transmis par voie aérienne ou par contact, est présent en Patagonie, notamment dans le sud de la région de San Carlos de Bariloche. L'infection, qui peut être mortelle dans un délai très court, se caractérise par l'apparition subite de fièvres accompagnées de douleurs lombaires et/ou abdominales, vomissements, céphalées...

La fièvre hémorragique argentine est une grave maladie provoquée par le **virus Junin**. L'aire endémique est localisée dans les provinces de Buenos Aires, Santa Fe, Cordoba et La Pampa. Elle est également transmise par voie aérienne ou par contact par un rongeur présent dans cette région. Douleurs musculaires, maux de tête, pertes d'appétit, nausées, douleurs dans la zone lombaire sont les principaux symptômes de cette infection qui peut être mortelle. Il est important de ne pas prendre d'aspirine, mais du paracétamol.

D'autres infections bactériennes, virales ou parasitaires, existent dans les pays traversés par le rallye. Le risque d'être touché par l'une d'elles est faible, voire nul. Pour s'en prémunir, nous insistons à nouveau sur l'importance de se protéger contre les piqûres d'insectes (et pas seulement de moustiques), de toujours porter des chaussures, de ne pas se baigner en eau douce et d'éviter le contact avec les animaux.

Nous ne ferons que rappeler la fréquence du virus **du Sida et des maladies sexuellement transmissibles** dans les différents pays traversés et que les **règles qui s'appliquent dans votre pays y sont bien évidemment également valables**.

La grippe A H1N1 ne devrait plus être très virulente en Amérique du Sud au mois de janvier (été), celle-ci ayant à priori déjà atteint son pic localement.

Néanmoins, les mesures d'hygiène actuelles (lavage fréquent des mains, utilisation de mouchoirs jetables,...) et les règles sanitaires prônées seront bien évidemment valables et recommandées durant le rallye et notamment sur les bivouacs. Les cas bénins seront soignés par l'équipe médicale comme une grippe « classique » (prescription de paracétamol, ...); quant aux éventuelles complications, elles seront traitées de manière adéquate avec une éventuelle hospitalisation.

B - Risques liés au climat et à la géographie

LA DÉSHYDRATATION

C'est un risque très important sur cette épreuve qui aura lieu en plein été avec des températures avoisinant les 35°/ 40°.

La déshydratation survient insidieusement, (céphalées, absence de soif voir dégoût de l'eau). Elle participe grandement à la fatigue et peut être responsable d'incidents désagréables tels les coliques néphrétiques mais aussi gravissimes surtout en cas d'effort prolongé. Nous perdons par la peau de l'eau mais également des sels (en particulier du NaCl ou sel de cuisine). Il y a donc lieu :

- de vérifier ses réserves d'eau et de les compléter chaque fois que possible,
- de boire de l'eau, mais également de manger les rations qui vous sont données le matin, ou de boire des produits spécialement préparés.



SAME PLACES, NEW ADVENTURE

ARGENTINA - CHILE

Un bon moyen de surveillance : les urines doivent être fréquentes et rester claires. Si malgré les boissons, vous n'urinez pas, il est nécessaire d'augmenter les rations hydriques.

LE MAL DES MONTAGNES

Ce rallye vous fera traverser la cordillère des Andes à plus de 4500m ; les efforts même minimes peuvent être risqués à cette altitude.

En cas de céphalées importantes, de nausées ou d'essoufflement, vous devez immédiatement stopper tout effort et demander une aide médicale. Cette dernière consistera à vous administrer de l'oxygène et à vous faire descendre rapidement dans la vallée. En cas de gravité, l'équipe médicale possède un caisson hyperbare mobile (hyperbaric chamber).

LES PLAIES ET BRÛLURES

Elles doivent être désinfectées et couvertes par un pansement en attendant les soins appropriés. D'où l'intérêt de posséder une pharmacie minimale :

- un désinfectant,
- quelques compresses,
- un bandage,
- de l'adhésif,
- et quelques comprimés anti-diarrhéiques ...

Enfin, du fait de la pollution présente à Santiago et du pollen de certaines plantes, les personnes fragiles peuvent être sujettes à des allergies «asthmatiformes». A surveiller.

Sachez que ces informations, qui n'ont bien évidemment pas pour but de vous inquiéter, vous sont communiquées à titre préventif afin que vous puissiez vous protéger efficacement et passer ainsi d'excellents moments sur le Dakar.

Bon rallye à tous

Docteur Florence POMMERIE
Directeur Médical