



## COMMUNIQUE DE PRESSE - Mars 2026

### 15 mars 2026 – Journée internationale du Covid Long : #LongCovidAwarenessDay

#### **Une banalisation dangereuse : le Covid n'est pas un rhume**

Le Covid n'est pas derrière nous. Six ans après le début de la pandémie, les vagues d'infections continuent de se succéder tout au long de l'année. La pandémie n'a pas disparu : elle s'est installée dans la durée.

Le SARS-CoV-2 n'est pas un virus hivernal inoffensif, ses conséquences sur la santé publique sont considérables.

Laisser circuler ce virus sans actions de prévention, c'est accepter une loterie sanitaire permanente, une roulette russe sur la santé de la population.

Les délégations qui portaient le masque FFP2 lors des derniers Jeux Olympiques d'Hiver 2026 l'avaient bien compris : une infection au Covid-19 peut briser une carrière sportive en provoquant des séquelles durables.

#### **Séquelles post infection Covid : des atteintes invisibles mais bien réelles**

Contrairement aux idées reçues, le SARS-CoV-2 n'est pas uniquement un virus respiratoire. La recherche médicale internationale montre désormais des atteintes profondes et parfois silencieuses, jusqu'au jour où elles se déclarent brutalement :

- Cardiovasculaires : risques accrus d'AVC, de thromboses et d'inflammations cardiaques.
- Immunitaires : épuisement des lymphocytes T, rendant les organismes plus vulnérables à d'autres infections, voire à des cancers.
- Cérébrales : neuro-inflammation, perte de matière grise et troubles cognitifs persistants.

Chaque réinfection augmente le risque de Covid long et de séquelles invalidantes. Mais qui va relier de graves problèmes de santé à un « rhume » contracté quelque temps plus tôt ?

#### **Le Covid Long : un enjeu de santé publique**

Le Covid Long est une pathologie multi-systémique, fluctuante et souvent handicapante, avec plus de 200 symptômes référencés : épuisement, douleurs chroniques, complications cardiaques, troubles digestifs, essoufflement, malaises post-effort, troubles cognitifs... Les données scientifiques montrent des anomalies biologiques objectivables (persistance virale dans les tissus, inflammation chronique, dérégulation immunitaire...), attestant de sa nature organique.

En France, environ 2 millions d'adultes sont touchés (Santé publique France 2022), dont 700 000 sévèrement et dans le monde, près de 400 millions de personnes (Nature Medicine 2024). Les enfants et les adolescents ne sont pas épargnés.

#### **Un coût humain et économique massif**

Le coût humain et économique est considérable. Ce coût ne concerne pas uniquement les malades, il touche l'ensemble de la société : jusqu'à 20 milliards d'euros par an en heures de travail perdues en France (The Economist 2024). Les données récentes du Groupe VYV (2025) montrent depuis 2019 une explosion des arrêts maladie de longue durée touchant toutes les classes d'âge : +25 % chez les moins de 30 ans, près de +50 % chez les 31-44 ans, plus de +40 % chez les 45 ans et plus. Pourtant, comme le dénonçait déjà notre association dans son communiqué de presse de septembre 2025, le Covid reste le grand oublié des analyses officielles sur la hausse des arrêts de travail.

#### **L'errance médicale : un calvaire quotidien pour les malades**

Malgré les guides de la Haute Autorité de Santé, la majorité des patients reste en errance médicale. La psychiatrisation à tort des symptômes, le manque de formation des soignants, l'absence de parcours coordonnés et un accompagnement social quasi inexistant créent une situation d'abandon insupportable.

Derrière les chiffres, il y a des vies bouleversées : perte d'emploi, précarisation, isolement...

L'histoire récente de Samuel, jeune Autrichien de 22 ans, atteint de Covid Long sous sa forme d'encéphalomyélite myalgique depuis une infection en 2024 et qui a eu recours au suicide assisté, illustre tragiquement l'impasse dans laquelle se trouvent beaucoup de patients.

### **L'histoire, un perpétuel recommencement ?**

Amiante, tabac, SIDA : l'histoire sanitaire nous rappelle que le déni initial a toujours eu un coût humain considérable. Combien d'années, voire des dizaines d'années a-t-il fallu attendre pour une réelle prise en charge par les pouvoirs publics ?

Il n'est pas acceptable de laisser circuler massivement un virus dont les conséquences cardiovasculaires, immunitaires et neurologiques sont documentées. Le coût de l'inaction sera toujours supérieur au coût de l'action. La facture finit toujours par arriver.

N'avons-nous donc rien appris des crises passées ? Combien de temps faudra-t-il pour écouter la science et pour agir enfin pour des millions de malades concernés ? Le Covid long n'est pas une séquelle marginale : c'est l'un des plus grands enjeux de santé publique du XXI<sup>e</sup> siècle.

### **Appel à l'action**

L'association #AprèsJ20 Covid Long France appelle notamment les pouvoirs publics à agir :

- Former massivement les professionnels de santé pour mettre fin à l'errance médicale.
- Créer des centres multidisciplinaires pour le Covid long et des prises en charge coordonnées,
- Créer une ALD Covid Long,
- Sensibiliser sur le Covid Long adulte et pédiatrique et alerter sur les risques des réinfections à travers une campagne nationale de sensibilisation, incluant la promotion de la qualité de l'air intérieur (aération régulière, ventilation efficace, purificateurs avec filtration HEPA) et le respect des gestes barrières,
- Investir dans la recherche pour développer des traitements et améliorer la prévention.

**« Le Covid long est l'ensemble des séquelles dues au Covid et concerne tout le monde, adultes et enfants : c'est un enjeu majeur de santé publique. Les malades demandent simplement d'être reconnus, soignés et de reprendre une vie normale. » — Pauline Oustric, Présidente, association AprèsJ20**

Contact presse : [presse@apresj20.fr](mailto:presse@apresj20.fr)