



VILLAGE des SCIENCES 2018

10 au 12 octobre 2018

Forges de Pyrène à Montgailhard (09)

Thème de cette année : les **idées reçues**

Affirmation n° 27

De l'expression « attraper froid » : La température est un facteur facilitant la contraction du virus du rhume.

Éléments de réponses

Ce qu'on observe : Une augmentation des cas de rhumes ou de gripes aux intersaisons et périodes hivernales en France.

Ce qu'on sait :

Les virus à l'origine de ces maladies sont transmissibles dans l'air. Nous les contractons principalement par voie respiratoire.

Les rhinovirus (à l'origine de la plupart des cas de rhumes) se multiplient plus efficacement à des températures plus basses (33°-35°C) que celles de notre corps (37°C). Ces virus se répliquent donc davantage dans notre cavité nasale que nos poumons.

Le froid peut provoquer des réactions somatiques passagères ressemblant à celles d'infections : mal de gorge, éternuement, nez qui coule...

Nos défenses immunitaires sont moins efficaces à basse température.

MAIS : La vitesse de transmission de ces virus augmente en hiver du fait du confinement des personnes dans des salles fermées et peu aérées en intérieur pour se protéger des faibles températures. Les salles de classe, les bureaux et autres lieux publics sont alors des foyers de concentration de ces agents pathogènes, et leur fréquentation accrue augmente le risque de contamination.

Exemples : Au Japon, la rentrée des classes est au printemps. La température a donc tendance à augmenter, mais on observe la même recrudescence des cas de rhumes qu'à la rentrée automnale française.

Donc :

La température en elle-même n'est pas un vecteur du rhume, mais elle joue un rôle dans la propagation de la maladie et complique la guérison une fois un individu infecté.

Sources :

- **Petite philosophie du rhume - ou le remède pour ne plus jamais « attraper froid »**, de Maël Lemoine. Ed. Hermann, 120 p.
- <https://www.futura-sciences.com/sante/actualites/maladie-virus-rhume-aime-notre-nez-il-bien-froid-56684/>
- <http://www.pnas.org/content/early/2015/01/02/1411030112>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0929664616304338>