

Pourquoi certaines personnes ne sont jamais infectées par le COVID-19.

L'immunité est étroitement liée à plusieurs aspects de notre personnalité, notamment nos habitudes quotidiennes, notre niveau de stress et même notre honnêteté

PREMIUM POINTS DE VUE SUR LA SANTÉ



Dr Yuhong Dong 23 janvier 2023



Les leucocytes attaquent le virus dans le système immunitaire. (Yurchanka Siarhei/Shutterstock)

Beaucoup sont choqués de l'ampleur de la vague actuelle d'infections COVID-19 en Chine, et s'inquiètent d'une nouvelle vague potentielle qui pourrait frapper le reste du monde.

Examinons de près les facteurs qui affectent **l'immunité antivirale** comment mieux vous protéger si une nouvelle vague frappe votre région.

Certaines personnes ne sont jamais infectées par des virus

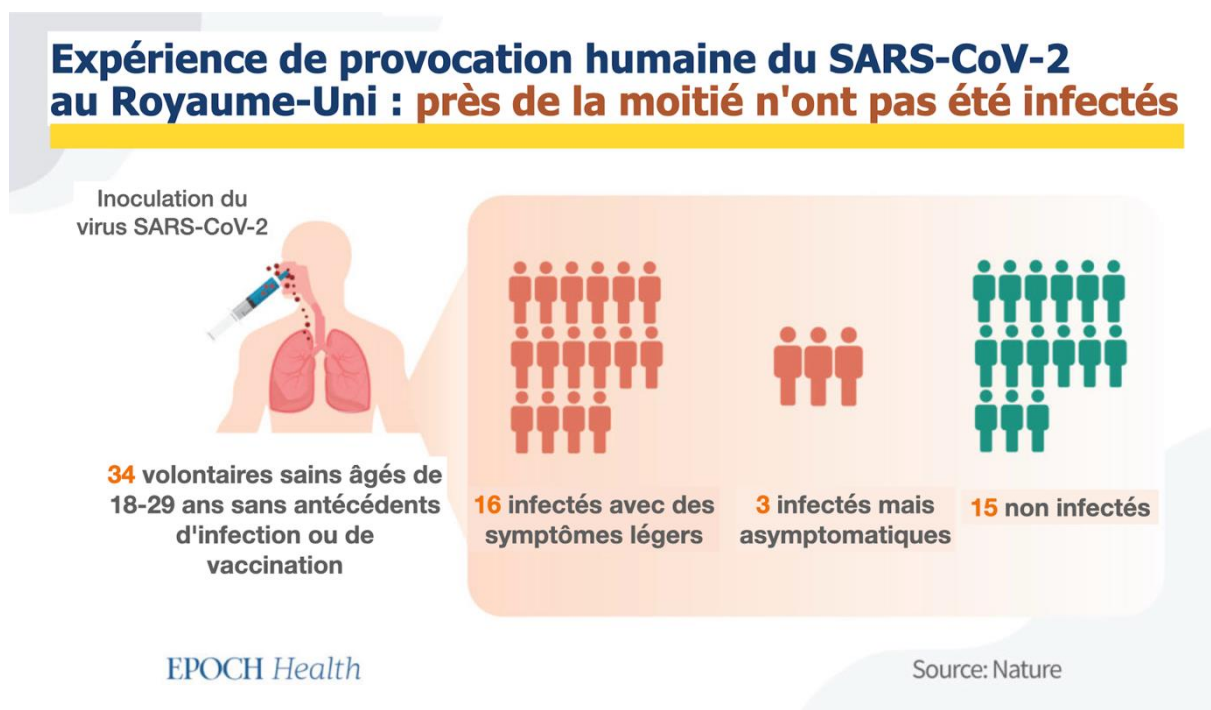
Si l'on considère les pandémies à travers l'histoire, on ne peut ignorer l'impact de la peste noire, qui a balayé l'Europe et réduit la population de plus de moitié dans certaines régions. Pourtant, certaines personnes ne sont jamais tombées malades.

Le choléra a sévi en Europe, mais certaines personnes sont restées indemnes, bien qu'elles aient mangé les mêmes aliments contaminés et bu la même eau contaminée.

Certains médecins et infirmières ont consacré leur vie aux tribus lépreuses, et pourtant, ils n'ont jamais contracté l'infection bactérienne.

Deux essais de provocation sur l'homme ont été réalisés pendant la grippe espagnole de 1918 par deux groupes indépendants de médecins à Boston et à San Francisco, avec respectivement 62 et 50 volontaires sains. Malgré tous les moyens agressifs mis en œuvre pour tenter de contaminer ces gens (même en faisant tomber du mucus ou des fluides corporels de patients atteints de la grippe dans les yeux, le nez ou la gorge des volontaires sains), aucun des participants n'a été infecté.

Au cours de la pandémie de COVID-19, une étude de provocation humaine du SARS-CoV-2 publiée dans Nature en 2022 a révélé que sur les 36 volontaires sains auxquels on a inoculé le virus du SARS-CoV-2 par voie intranasale, seulement un peu plus de la moitié ont été infectés avec des symptômes légers, l'autre moitié des participants n'ont pas été infectés. Deux d'entre eux ont été exclus de l'analyse sur la base du protocole, de sorte que l'expérience s'est poursuivie avec 34 participants.



Dans l'expérience de provocation humaine COVID-19 au Royaume-Uni, près de la moitié n'ont pas été infectés. (The Epoch Times)

Ces expériences montrent que certaines personnes ne sont tout simplement pas infectées.

Les virus « voient » les personnes dont l'immunité est affaiblie

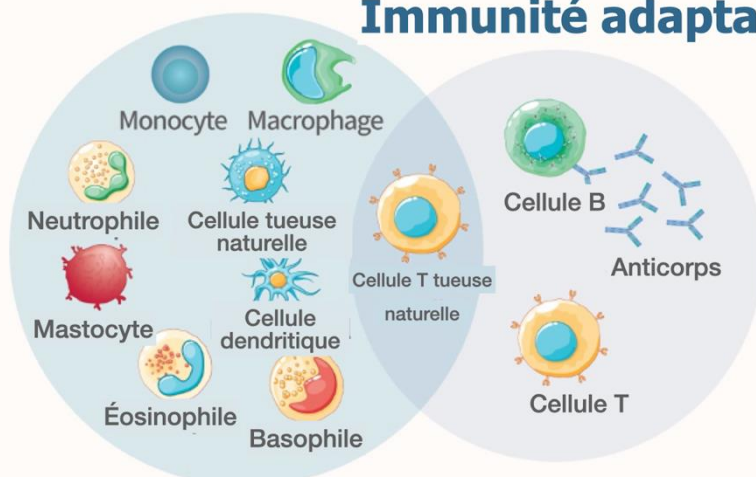
Si les gens se ressemblent vu de l'extérieur, ils sont très différents dans le monde microscopique des virus. Nos systèmes immunitaires aussi sont différents.

Le système immunitaire avec lequel nous sommes nés est d'une conception sophistiquée. Il comporte plusieurs couches de défenses et agit comme une armée qui nous protège 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 contre divers virus et bactéries.

Les virus ont besoin de pirater des cellules appropriées pour pouvoir se répliquer. Si les cellules d'une personne sont dans un bon état antiviral, il n'y a pas de terrain où le virus puisse étendre ses racines, pour ainsi dire, et cette personne ne sera pas infectée.

Immunité innée

Immunité adaptative



EPOCH Health

Source: Cell Signaling Technology

Notre corps résiste aux virus grâce à l'immunité innée et à l'immunité adaptative. (The Epoch Times)

NdT

monocyte : sorte de grand globule blanc

macrophage : grosse cellule issue d'un monocyte qui peut absorber et détruire (phagocyter) des cellules étrangères

neutrophile : globule blanc à plusieurs noyaux qui entoure et détruit les bactéries présentes dans le corps

cellule tueuse naturelle : cellules du sang, mais aussi de certains organes, ganglions, rate et tissus, foie, poumon... qui jouent un rôle de sentinelles.

mastocyte : cellules immunitaires du tissu conjonctif qui ont principalement été étudiées pour leur implication dans les réactions allergiques

cellule dendritique : cellules capables de reconnaître les pathogènes et d'induire des réponses immunitaires en activant les lymphocytes T spécifiques

éosinophile : cellules qui se mobilisent contre les parasites multicellulaires et d'autres infections, et jouent un rôle dans l'allergie.

basophile : cellule à plusieurs noyaux qui a pour mission de défendre l'organisme lorsqu'il est agressé. Elle joue plus particulièrement un rôle dans la réponse inflammatoire.

cellule T tueuse : cellule tueuse essentielle dans la réponse immunitaire contre les virus et les cancers

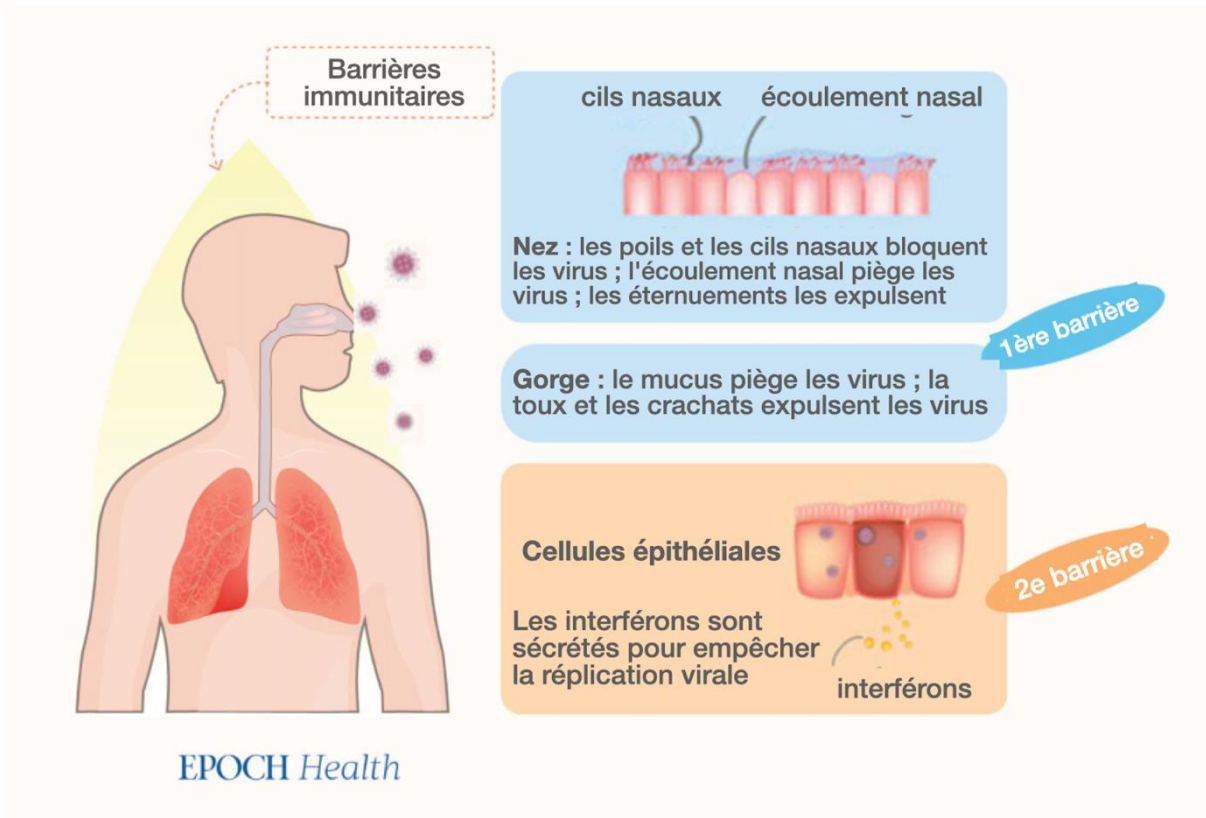
cellule B : type de globule blanc qui produit des anticorps

cellule T : cellule essentielle dans la réponse immunitaire contre les virus et les cancers

Par exemple, les cellules épithéliales¹ des muqueuses de notre nez peuvent sécréter

¹ cellules spécialisées qui composent la surface de la peau et tapissant des cavités, des glandes et des voies de passage. Certaines produisent du mucus, des hormones ou d'autres sécrétions

automatiquement une substance qui met cette cellule dans un état antiviral.

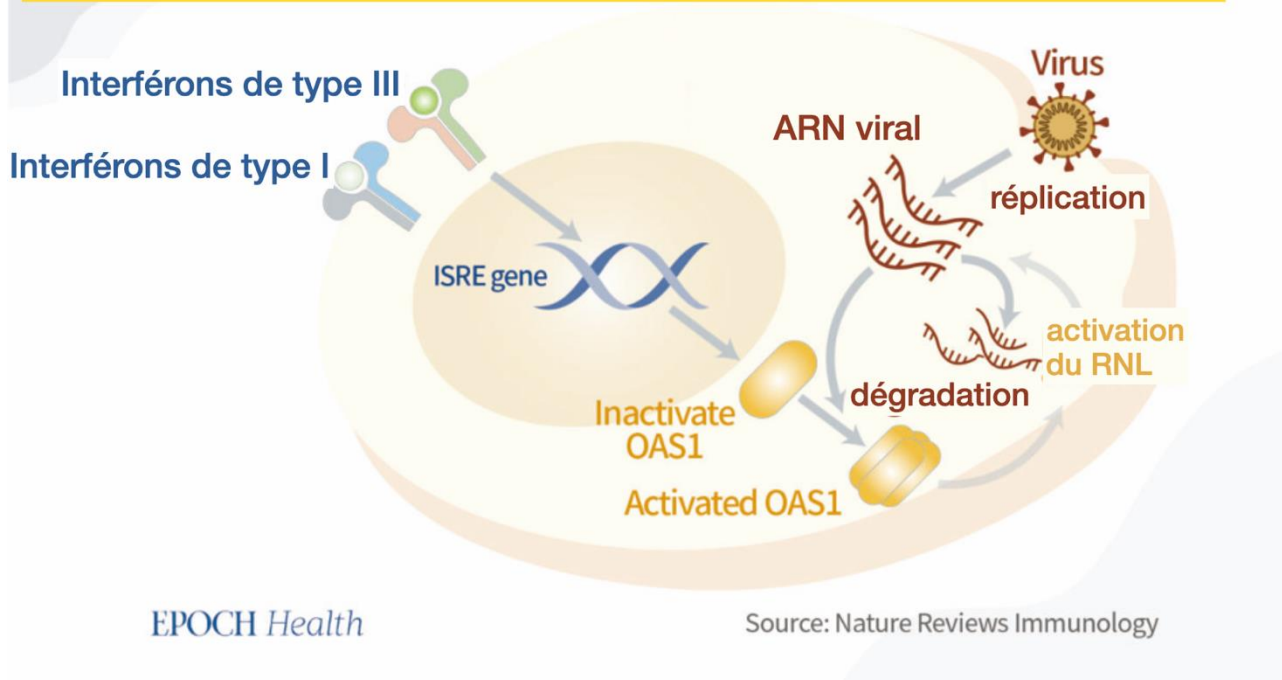


Votre corps possède plusieurs couches de défense contre les virus. (The Epoch Times)

Cette substance s'appelle l'interféron². Elle interfère avec la réplication du virus, en décomposant ses protéines, ses enzymes et son ARN, de sorte qu'il ne puisse pas survivre dans ces cellules.

² protéine produite suite à une infection virale. En se fixant sur leurs cellules cibles, elles déclenchent chez celles-ci diverses réactions permettant la mise en place d'un état de résistance aux virus.

Comment les interférons peuvent-ils tuer les virus ?



Les interférons interfèrent avec la réplication du virus. (The Epoch Times)

NdT

interférons de type III : ceux qui agissent de façon plus puissante, rapide et transitoire

interférons de type I : ceux qui agissent de façon moins puissante, plus lente, mais durable

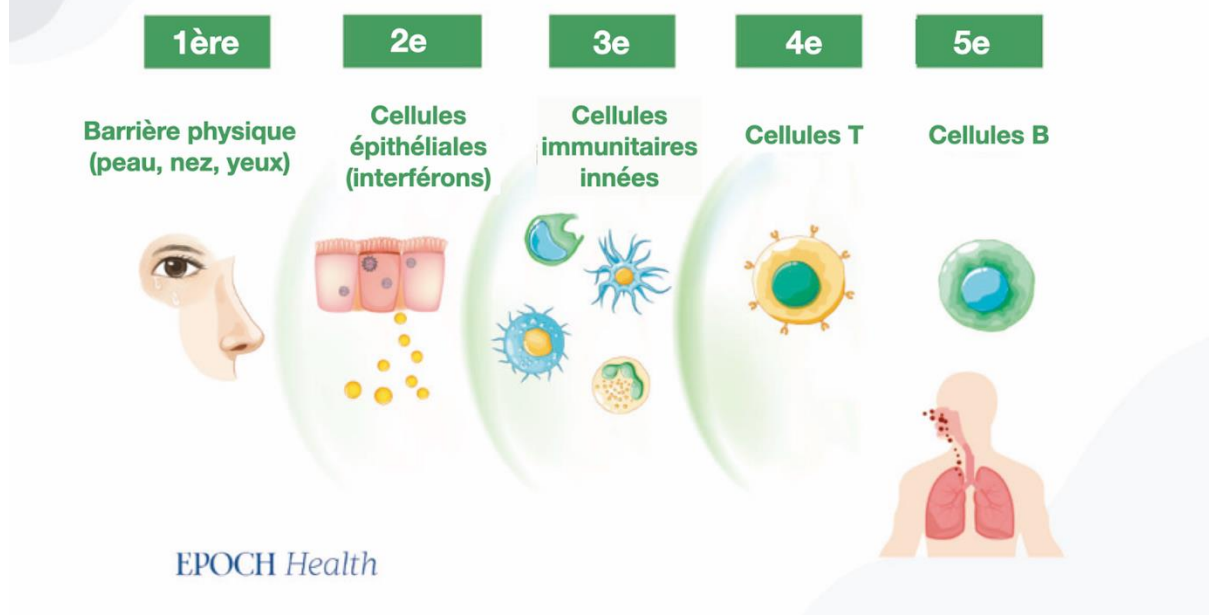
gène ISRE : gène impliqué dans la régulation de la réponse par les interférons

OAS1 : enzyme codée par le gène ISRE pour la réponse immunitaire innée aux infections virales

RNL : Ribonucléase L, enzyme induite par l'interféron qui lorsqu'elle est activée détruit tous les ARN de la cellule

Plus en profondeur, il existe une variété de cellules immunitaires, telles que les cellules tueuses naturelles (NK=Natural Killer), les macrophages et les lymphocytes. Chaque cellule est comme un soldat spécial aux compétences particulières pour combattre les virus.

Les 5 barrières de l'immunité innée humaine



Cinq barrières de l'immunité innée chez l'homme (The Epoch Times)

Même infecté, si votre système immunitaire est fort, vous ne souffrirez que d'une maladie légère et vous vous rétablirez rapidement.

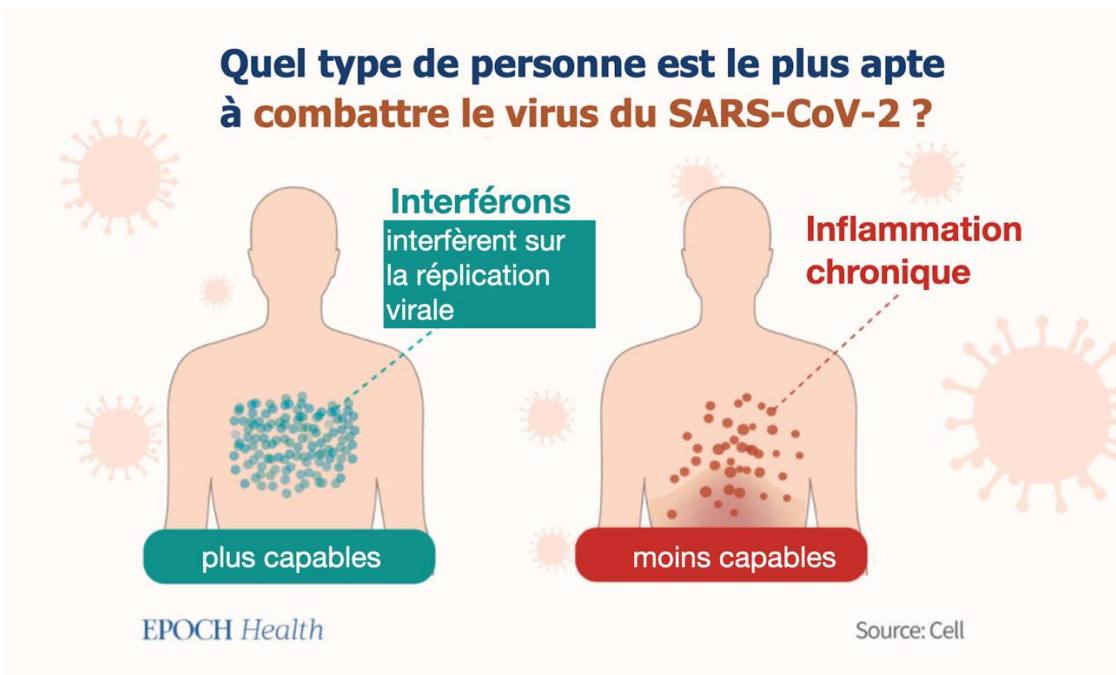
Une recherche publiée dans la revue [Scientific Reports of Nature](#) prouve qu'au stade précoce de l'infection, plus les interférons sont présents, plus l'incidence du développement de symptômes graves du COVID est faible.

Au contraire, si une personne a une faible immunité antivirale, le virus est plus susceptible d'infecter les cellules, de se répliquer et d'établir une présence dévastatrice dans le corps de la personne.

Deux états d'immunité

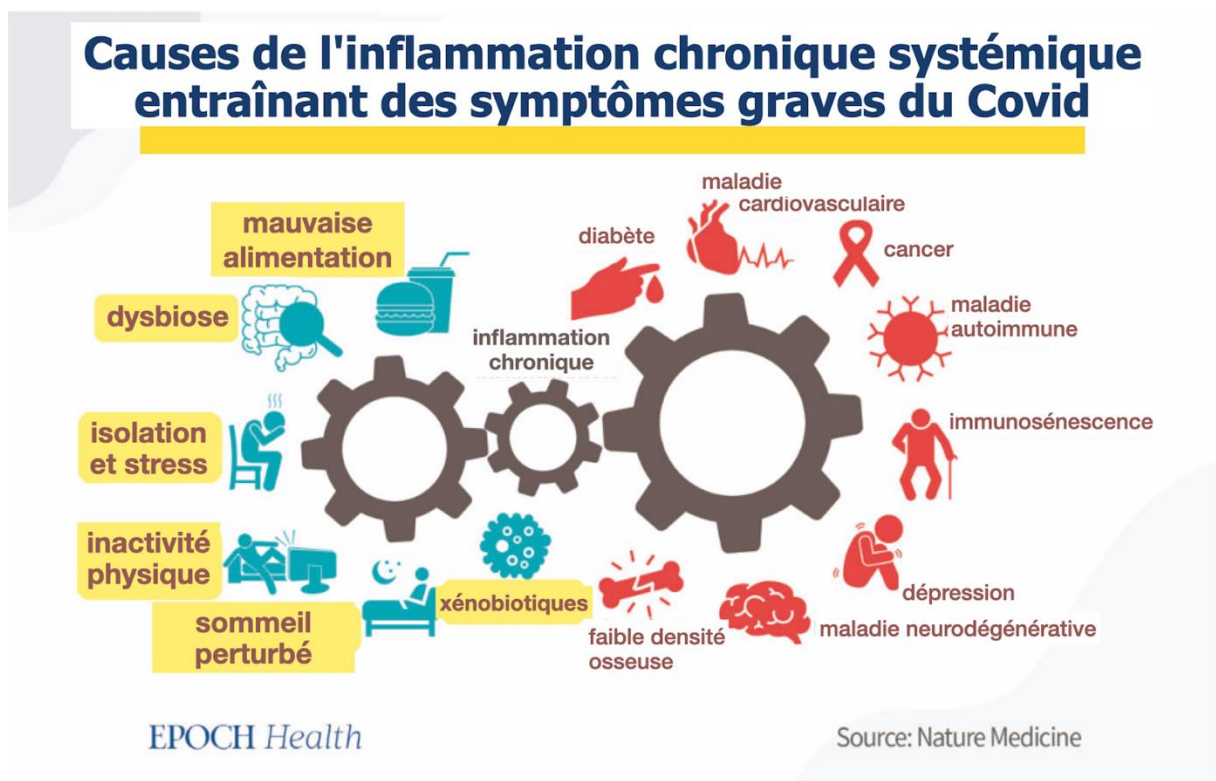
Il existe généralement deux états distincts de la réponse immunitaire - l'un sain et efficace, l'autre non.

Le premier état est l'état antiviral. Il est caractérisé par une forte immunité antivirale des cellules immunitaires qui peuvent sécréter des interférons pour éradiquer les virus. Le second est l'état d'inflammation chronique systémique. Cet état rend les personnes sensibles aux infections virales.



Il existe deux états qui déterminent si une personne va tomber malade : l'état antiviral et l'inflammation chronique systémique. (The Epoch Times)

Une [étude publiée dans Nature Medicine](#) résume les causes de l'inflammation chronique et ses conséquences. Parmi les facteurs les plus courants figurent la sédentarité, l'obésité, une mauvaise alimentation, l'isolement social, le stress psychologique et un mauvais sommeil.



Causes de l'inflammation chronique systémique entraînant des symptômes graves du COVID. (The Epoch

³ xénobiotiques : substance chimique étrangère à un organisme, présente exceptionnellement dans l'organisme (médicaments, pesticides, contaminants, etc.)

Times)

La pensée positive favorise l'immunité antivirale

Lorsque nous parlons de renforcer l'immunité, les gens pensent souvent à améliorer la nutrition ou à développer des anticorps.

Ces facteurs sont importants ; une meilleure alimentation et l'ajout d'exercice physique à sa routine sont certainement utiles. En même temps, il existe d'autres moyens internes d'améliorer notre capacité à combattre les virus.

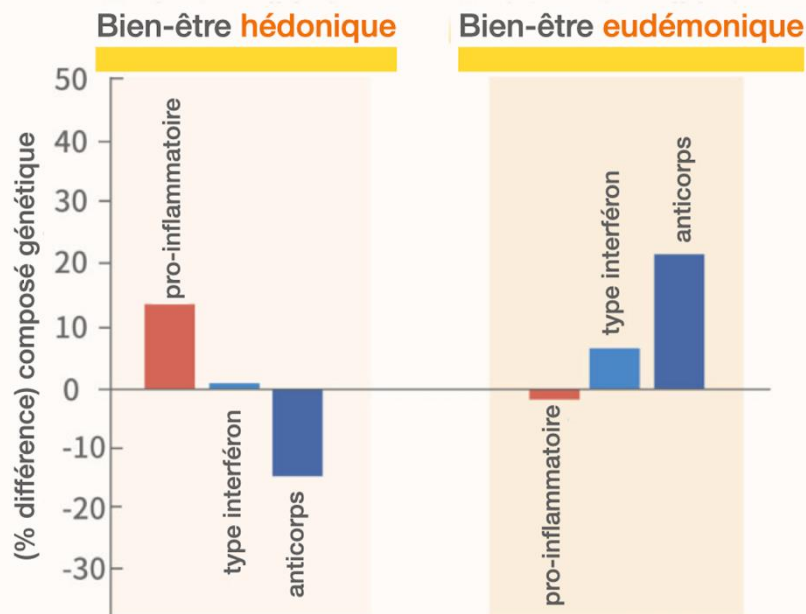
Chacun a des émotions, des pensées, des caractéristiques et états mentaux différents. Les gens pensent que nos pensées sont intangibles, mais elles ont en fait des effets matériels. La science l'a déjà prouvé. La dépression, l'anxiété, le stress, la colère et la peur ont tous des effets physiologiques étendus et bien documentés. Ils peuvent affecter des aspects essentiels de notre biochimie, de la production d'hormones à notre perception de la douleur. Les émotions positives ont également un effet, même si celui-ci peut être variable.

En psychologie, il existe deux grands concepts de bonheur : hédonique et eudémonique. Le concept hédonique fait référence au bonheur procuré par une expérience agréable, comme manger un repas savoureux. Le bonheur eudémonique est celui qui découle de la réalisation d'un but et d'une intention, comme élever un enfant.

Le bonheur hédonique est souvent éphémère et peut nous amener à rechercher davantage le stimulus qui l'a provoqué, comme des aliments savoureux ou des friandises, regarder des films ou boire de l'alcool. Le bonheur eudémonique est souvent plus durable car il découle d'expériences plus substantielles ou d'aspects de notre propre personnalité.

Une [étude de 2013](#) publiée dans PNAS, une revue de premier plan, a découvert que les personnes enclines à poursuivre la justice et des objectifs nobles (eudémoniques) avaient une plus grande expression du gène de l'interféron, une plus grande capacité à produire des anticorps et une expression significativement plus faible des gènes inflammatoires chroniques.

Influence de la vision du bonheur sur l'immunité



EPOCH Health

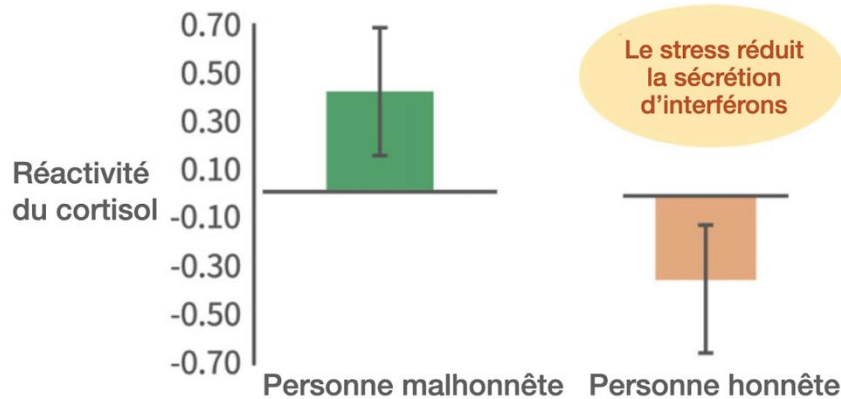
Source: Proceedings of the National Academy of Sciences

L'impact du bien-être hédonique et eudémonique sur l'immunité. (The Epoch Times)

Par ailleurs, selon une [étude de l'Université de Harvard et de l'Université de Californie-Berkeley publiée](#) dans Current Opinion in Psychology en 2015, les personnes au cœur honnête sont moins sujettes aux infections virales. Cela s'explique par le fait que la réactivité au cortisol des menteurs est significativement plus élevée que celle de ceux qui disent la vérité. Et plus la réactivité au cortisol est élevée, plus il est facile pour les niveaux d'hormones de stress dans le corps d'augmenter.

Les corticostéroïdes et le cortisol ont un effet inhibiteur sur les cellules immunitaires et [inhibent la capacité de l'organisme à combattre les virus](#). Par conséquent, un comportement malhonnête entraînera une diminution de la capacité antivirale.

L'honnêteté diminue le stress et renforce l'immunité



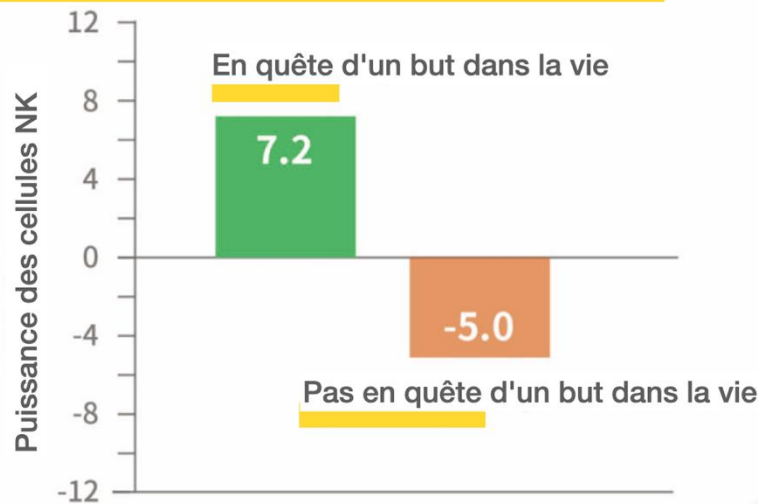
EPOCH Health

Source: University of California Berkeley, MIT

L'honnêteté diminue le stress et renforce l'immunité. (The Epoch Times)

En outre, des recherches ont montré que les personnes qui poursuivent un but dans la vie ont une **immunité** et une **fonction des cellules tueuses naturelles plus fortes**

La quête d'un but dans la vie renforce le système immunitaire



EPOCH Health

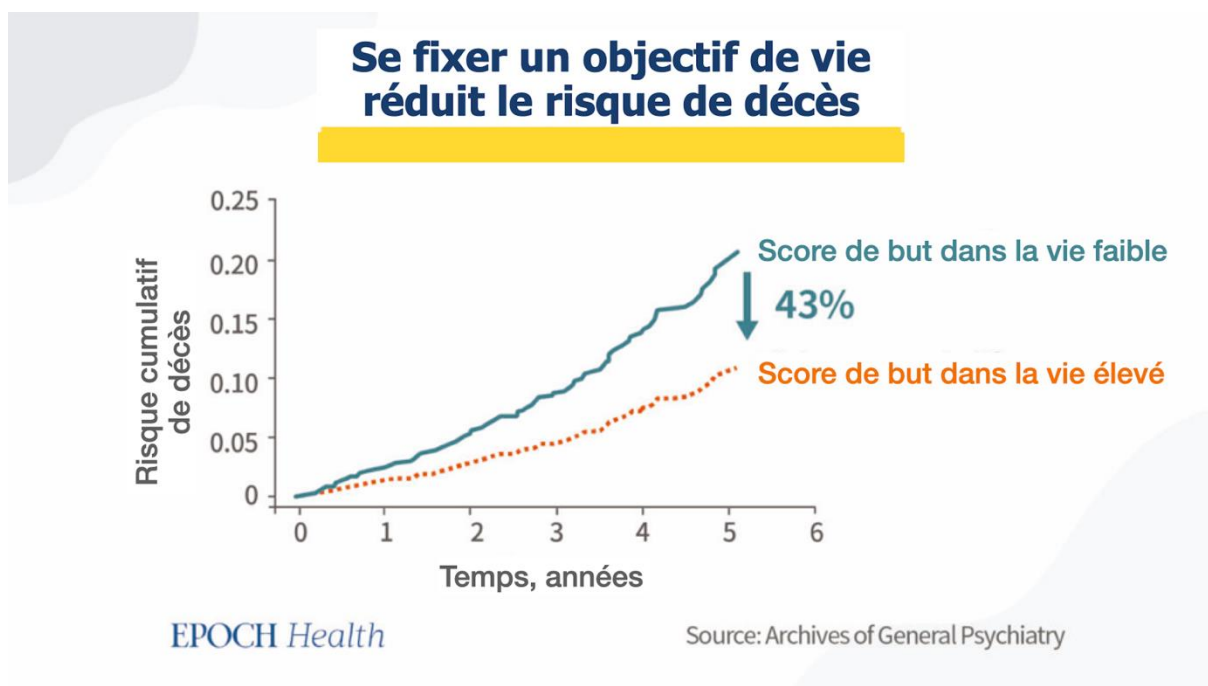
Source: Annals of Behavioral Medicine

Chercher un but dans la vie renforce le système immunitaire. (The Epoch Times)

Le Rush Alzheimer's Disease Center des départements des sciences du comportement et des sciences neurologiques du Rush University Medical Center de Chicago a mené une étude sur le déterminant important des résultats de santé et de la mortalité chez les personnes âgées vivant en communauté aux États-Unis.

Les chercheurs ont découvert que le fait d'avoir un **sens plus fort du but de la vie** prévient efficacement les événements mortels. Une personne ayant obtenu un score élevé à l'évaluation du sens de la vie avait un risque de mortalité réduit de 43 % par rapport à une personne au score faible. Ainsi, développer et affiner le sens du but de la

vie peut préserver la santé et potentiellement sauver des vies.



Se fixer un objectif de vie réduit le risque de décès. (The Epoch Times)

Il est scientifiquement prouvé que nos pensées, notre état d'esprit et nos normes morales peuvent influencer sur les gènes et les fonctions des cellules immunitaires, sur les niveaux d'hormones et sur l'immunité antivirale globale.

Dans l'ensemble, nos pensées peuvent contribuer à ce que nous soyons ou non infectés par une épidémie, ou à ce que nous soyons ou non gravement malades après avoir été infectés.

Dans les cultures traditionnelles, les personnes qui sont gentilles, altruistes, honnêtes et qui ont un cœur calme et une attitude humble sont généralement en meilleure santé. Nous comprenons maintenant que c'est parce qu'elles produisent des niveaux élevés d'interféron, une forte fonction des cellules NK et une forte immunité antivirale. Ces personnes sont moins sensibles aux infections virales.

Ceux qui possèdent ces qualités ont généralement un esprit stable et une meilleure santé mentale, ne deviennent pas facilement anxieuses, déprimées, ni n'ont d'émotions négatives intenses.

J'ai une amie qui a la foi, qui est gentille, qui se porte souvent volontaire pour aider les autres et qui a participé au service COVID tous les jours de la pandémie. Cette amie n'a jamais été infectée par le COVID-19. J'ai aussi beaucoup d'autres amis comme elle qui n'ont pas été infectés pendant la pandémie.

Tout au long de la récente flambée de COVID en Chine, un **nombre inhabituel** de hauts fonctionnaires chinois **sont morts** d'infections suspectées au COVID-19. En tant que fonctionnaires de haut rang en Chine, ils bénéficient de soins médicaux de pointe et disposent d'une alimentation, de nutriments et de compléments alimentaires de première qualité. Alors pourquoi sont-ils morts pendant cette vague ?

Nous connaissons tous les fake news et la propagande mensongère en Chine, y compris la dissimulation et le camouflage des données COVID-19, la répression des lanceurs d'alerte et des personnes qui osent dire la vérité.

Les hauts fonctionnaires chinois - pas tous, mais beaucoup d'entre eux - n'ont pas partagé la vérité avec les gens. Ils ont soit exécuté la dissimulation, soit aidé à la dissimulation. D'un point de vue biologique, les niveaux d'hormones de stress de leur corps peuvent être beaucoup plus élevés que ceux des personnes qui ne subissent pas le stress de la malhonnêteté. S'ils ont vécu constamment dans cet état, les hormones de stress chroniquement élevées ont dû causer de graves dommages à leur immunité.

Ces fonctionnaires ne font pas passer le bien-être du peuple chinois avant les profits ou le pouvoir. Par conséquent, le niveau d'expression du gène de l'interféron de leurs cellules immunitaires devrait être plus faible que celui des personnes qui se soucient des autres.

Si ces fonctionnaires avaient eu un esprit plus vertueux et un cœur plus tendre, ils auraient peut-être été moins sujets aux infections virales ou au risque de maladie grave.

Un dicton traditionnel chinois dit : « Les maladies sont causées à 70 % par le mental et à 30 % par le physique. » Pendant la pandémie, il est non seulement important de conserver un bon état physique, mais aussi de garder un état d'esprit bienveillant et vertueux pour aider votre système immunitaire.

Les opinions exprimées dans cet article sont celles de l'auteur et ne reflètent pas nécessairement celles de The Epoch Times. Epoch Health accueille les discussions professionnelles et les débats amicaux. Pour soumettre un article d'opinion, veuillez suivre ces directives et le soumettre via [notre formulaire ici](#).



Dr. Yuhong Dong
MD, PHD

Le Dr Yuhong Dong, médecin également titulaire d'un doctorat en maladies infectieuses en Chine, est le directeur scientifique et le cofondateur d'une société de biotechnologie suisse et ancien expert médical scientifique principal pour le développement de médicaments antiviraux chez Novartis Pharma en Suisse.

Liste des études

Essais provocation grippe 1918

<https://quod.lib.umich.edu/cgi/t/text/idx/f/flu/3750flu.0016.573/4/--experiments-upon-volunteers-to-determine-the-cause-and-mode?page=root;rgn=subject;size=100;view=image;q1=virology>

Essai provocation SARS-CoV-2

<https://www.nature.com/articles/s41591-022-01780-9>

Quantité d'interféron et protection

<https://www.nature.com/articles/s41598-021-95197-y>

Inflammation chronique

<https://www.nature.com/articles/s41591-019-0675-0>

Influence du bien-être

<https://www.pnas.org/doi/abs/10.1073/pnas.1305419110>

La physiologie de la (non-)honnêteté : A-t-elle un impact sur la santé ?

https://faculty.haas.berkeley.edu/dana_carney/physio.dishonesty.pdf

Recherche d'un but et immunité

<https://academic.oup.com/abm/article/25/2/146/4631586?login=false>

But et mortalité

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2740716/>