

# LES VACCINS

mythes et réalités

---

Accompagner les familles pour mieux  
comprendre le sujet des vaccins



Fédération  
québécoise des  
organismes  
communautaires  
Famille

*deuxième édition*  
MAI 2021

# LES VACCINS

## mythes et réalités

La vaccination est un sujet qui a toujours fait couler beaucoup d'encre et, avec l'arrivée des vaccins contre la COVID-19, plusieurs se posent des questions. La Fédération québécoise des organismes communautaires Famille (FQOCF) a préparé ce document d'information afin de soutenir les directions, les employés et les bénévoles des organismes communautaires Famille, et aussi d'autres organisations, à accompagner les familles pour mieux comprendre le sujet des vaccins.

**Les informations contenues dans ce document ne représentent en aucun cas l'avis d'un professionnel** (de la santé, du droit, etc.). Son contenu est partagé à titre informatif afin d'accueillir les familles dans leurs questionnements sur la vaccination, les informer sommairement et les diriger vers les ressources professionnelles qualifiées, au besoin.

## Quelques astuces pour parler de la vaccination avec les familles :

### BIEN S'INFORMER

Avant de partager de l'information au sujet de la vaccination, il faut s'assurer de détenir des informations provenant de sources fiables afin de pouvoir bien départager le vrai du faux. Alors que beaucoup de fausses informations circulent sur le web et dans les réseaux sociaux à propos de la pandémie et des vaccins, il est primordial de demeurer prudents face aux nombreuses tentatives de désinformation.

- Afin d'aider les familles à bien s'informer, **Alloprof** propose un article pour se questionner sur [la crédibilité des sites Internet](#), ainsi qu'un deuxième pour guider le parent qui désire [expliquer la crédibilité des sites Internet à \[son\] enfant](#).

### DIRIGER LES FAMILLES VERS UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ AU BESOIN

Les professionnels de la santé font partie des sources fiables pour répondre aux questions de la population sur les vaccins, ainsi que pour aider une personne à départager les risques et les bénéfices d'un vaccin, selon son état de santé ou celui de son enfant :

- Diriger la famille vers **son CLSC, son médecin ou son pharmacien**.
- Consulter le site du [gouvernement du Québec](#) pour connaître les ressources à proximité.
- Appeler **Info-Santé au 811**.

### RECONNAÎTRE QU'IL EXISTE DES RISQUES

Il serait faux de prétendre qu'un vaccin ne peut pas causer d'effets secondaires graves. Pour qu'une personne puisse entreprendre une réflexion éclairée, il lui faut savoir que ces risques existent, bien qu'ils soient rares, selon le site Internet du gouvernement du Canada. Encore une fois, les professionnels de la santé sont de bonnes ressources pour aider une personne à départager les risques et les bénéfices d'un vaccin.

# SOMMAIRE

La suite de ce document répond à certaines des questions les plus fréquemment posées sur le sujet de la vaccination en général et, plus spécifiquement, sur le vaccin contre la COVID-19.

**Voici un survol de l'ensemble des questions présentées dans les pages suivantes** (*clicquez sur la question pour la consulter*) :

1. Comment fonctionnent les vaccins ? .....	2
2. Quel type de vaccin est utilisé contre la COVID-19? .....	3
3. Les vaccins à l'ARN sont-ils dangereux ? .....	3
4. L'ARN reste-t-il dans mon corps pour toujours ? .....	3
5. Est-ce que l'ARN messenger peut modifier mon ADN ? .....	3
6. Quels sont les principaux effets secondaires potentiels ? .....	4
7. Une fois vacciné, combien de temps dure l'immunité ? .....	4
8. Est-ce que je pourrais attraper ou transmettre la COVID-19 même si j'ai été vacciné ? .....	4
9. Les vaccins seront-ils efficaces en cas de mutation du virus COVID-19? .....	5
10. Les femmes enceintes et les enfants peuvent-ils se faire vacciner contre la COVID-19? .....	5
11. Le gouvernement peut-il obliger la vaccination contre la COVID-19? .....	5
12. Un employeur peut-il obliger un employé à se faire vacciner ? .....	6
13. Peut-on m'empêcher de fréquenter certains lieux si je ne suis pas vacciné ? .....	6
14. Mon enfant risque-t-il de devenir autiste s'il est vacciné ? .....	6
<b>Vous désirez en savoir plus? .....</b>	<b>7</b>

## Avant tout, il est important de répondre à la question : *c'est quoi un vaccin?*

### **Un vaccin est une substance qui simule la présence d'un virus.**

Cette simulation permet à votre corps de produire des anticorps. Dans l'avenir, ces anticorps permettront à votre corps de reconnaître le virus et de se défendre si le vous contractez.

Autrement dit, un vaccin fonctionne un peu comme une photo.

En montrant cette « photo » à votre système immunitaire, qui a l'avantage d'avoir une excellente mémoire, celui-ci saura mieux identifier le virus et l'arrêter si jamais il tente un jour de s'infiltrer dans votre organisme.

Sources : [OMS](#), [Découverte](#)

## **COMMENT FONCTIONNENT LES VACCINS CONTRE LA COVID-19?**

Santé Canada évalue différents types de vaccins pour lutter contre la COVID-19. À ce jour, voici les deux types de vaccins approuvés l'institution :

**VACCINS À ARN MESSAGER** — Les laboratoires Pfizer-BioNTech et Moderna ont produit des vaccins de nouvelle génération appelés « vaccins à ARN messager ». Contrairement aux vaccins traditionnels, ce n'est pas une partie du virus qui est injectée, mais plutôt un petit morceau de code génétique appelé d'acide ribonucléique (ARN). Cet ARN dit aux cellules de votre corps de produire une protéine spéciale, la « protéine S », qui stimule la production d'anticorps prêts à affronter le vrai virus si celui-ci tente un jour de se fixer aux cellules de votre corps.

**VACCINS À VECTEUR VIRAL NON RÉPLICATIF** — Les laboratoires AstraZeneca et Johnson & Johnson offrent, quant à eux, des vaccins à vecteur viral non répliatif. Le principe de ces vaccins est d'injecter un adénovirus, soit un virus inoffensif qui ne peut pas se reproduire ou infecter votre corps. Cet adénovirus sert, en quelque sorte, de moyen de transport à l'ADN du coronavirus afin qu'elle se rende jusque dans une cellule de votre corps. Rendu à destination, l'adénovirus va transmettre l'ADN du coronavirus à vos cellules afin qu'elles produisent une protéine S. Comme pour le vaccin à ARN messager, cette protéine S va stimuler la production d'anticorps prêts à lutter contre le virus COVID-19.

Les vaccins des laboratoires Pfizer-BioNTech, Moderna et AstraZeneca requièrent deux doses, tandis que celui de Johnson & Johnson nécessite l'injection d'une seule dose.

Sources : [MSSS](#), [Gouvernement du Québec](#), [Québec Science](#), [Radio Canada](#)



## 2 QUEL TYPE DE VACCIN EST UTILISÉ CONTRE LA COVID-19?

Les principaux vaccins approuvés par Santé Canada contre la COVID-19 sont des vaccins de nouvelle génération appelés «vaccins à ARN messenger». Contrairement aux vaccins traditionnels, ce n'est pas une partie du virus qui est injectée, mais plutôt un petit morceau de code génétique appelé d'acide ribonucléique (ARN). Cet ARN dit aux cellules de votre corps de produire une protéine spéciale, la « protéine S », qui stimule la production d'anticorps prêts à affronter le vrai virus si celui-ci tente un jour de se fixer aux cellules de votre corps.

Sources : [MSSS](#), [Gouvernement du Québec](#), [Québec Science](#)

## 3 LES VACCINS À L'ARN SONT-ILS DANGEREUX?

Le concept de vaccins à ARN est connu depuis pas moins de 30 ans. Dans les faits, plusieurs recherches et avancées ont été réalisées dans ce domaine depuis les années 1990. Ce type de vaccin n'est donc pas une technologie nouvelle méconnue des experts.

Cependant, jusqu'à l'arrivée de la COVID-19, aucun de ces vaccins n'avait encore été approuvé pour être utilisé chez l'humain, bien que cette technologie ait déjà fait ses preuves chez certains animaux, comme le porc. Leurs conséquences potentielles à long terme ne sont donc pas connues à ce jour, même si rien n'indique à l'heure actuelle qu'il pourrait y en avoir.

Il n'en reste pas moins que les vaccins sont des médicaments qui doivent faire l'objet d'essais cliniques multiples avant d'être mis en marché. Il faut savoir qu'un vaccin est disponible pour la population lorsque ces bienfaits dépassent largement les risques possibles, et ce, bien qu'il ne soit pas possible de prévoir tous ses effets secondaires lors de sa mise en marché.

Sources : [MSSS](#), [Gouvernement du Québec](#), [Futura Sciences](#), [Le Soleil](#)

## 4 L'ARN RESTE-T-IL DANS MON CORPS POUR TOUJOURS?

L'ARN du vaccin est rapidement détruit par votre organisme. Il reste dans votre corps suffisamment longtemps pour déclencher la réaction nécessaire à former les anticorps qui vous aideront à combattre le coronavirus, mais il n'y demeure pas indéfiniment.

Sources : [Gouvernement du Québec](#), [Québec Science](#)

## 5 EST-CE QUE L'ARN MESSAGER PEUT MODIFIER MON ADN?

Non. L'ARN et l'ADN sont deux formes d'acides nucléiques bien différentes qui cohabitent déjà dans votre organisme. Dans une seule cellule humaine normale, on retrouve généralement des milliers de copies d'ARN messagers.

L'ARN ne se rend jamais jusque dans le noyau des cellules humaines, où se situe votre ADN. Il n'y a donc aucun risque que l'ARN de ces vaccins vienne modifier ou interférer avec votre code génétique.

Sources : [Gouvernement du Québec](#), [Québec Science](#)



## 6 QUELS SONT LES PRINCIPAUX EFFETS SECONDAIRES POTENTIELS?

Un vaccin peut causer des effets secondaires. Dans le cas des vaccins approuvés par Santé Canada contre la COVID-19, les réactions les plus fréquentes après l'injection du vaccin sont bénignes et de courte durée. Elles disparaissent généralement au bout de quelques jours. Ces réactions peuvent être une rougeur à l'endroit où l'injection a été faite, de la fatigue, des maux de tête, des douleurs musculaires ou articulaires, etc. Ces symptômes diffèrent selon le type de vaccins reçus (consultez les hyperliens ci-dessous pour connaître les symptômes reliés plus spécifiquement à chacun des vaccins) :

Les **vaccins à ARN messager contre la COVID-19** ont causé en majorité des réactions d'intensité légère ou modérée. Ces réactions sont survenues plus fréquemment à la suite de l'injection de la deuxième dose du vaccin. Dans de rares cas (environ 4 sur 100 000), des personnes ont fait une réaction allergique grave après avoir reçu le vaccin.

Les **vaccins à vecteur viral contre la COVID-19**, quant à eux, ont occasionné des réactions d'intensité légère ou modérée plus fréquemment après l'injection de la première dose.

Sources : [MSSS](#), [Gouvernement du Québec](#)

## 7 UNE FOIS VACCINÉ, COMBIEN DE TEMPS DURE L'IMMUNITÉ?

D'entrée de jeu, il est important de rappeler que trois des quatre vaccins approuvés par Santé Canada doivent être injectés en deux doses distinctes afin d'assurer une immunité optimale. Celles-ci sont injectées à trois ou quatre semaines d'intervalle, selon les indications du fabricant. Selon l'INSPQ, les vaccins Pfizer-BioNtech et Moderna offrent une protection efficace jusqu'à 80 % entre 14 à 28 jours après la première injection chez les personnes âgées vulnérables que chez les travailleurs de la santé. Selon les essais cliniques, cette protection pourrait être de plus de 90 % après la seconde dose.

À ce jour, les experts n'ont pas été en mesure de déterminer précisément la période d'immunité offerte par ces vaccins, qui variera probablement d'une personne à l'autre. Mais il y a tout de même de bonnes raisons de croire que les personnes vaccinées pourraient obtenir une protection à long terme.

En effet, une étude américaine publiée au début du mois de janvier 2021 a démontré que les anticorps restaient présents dans le système pendant au moins huit mois. De plus, rien n'indique que les anticorps ne persisteront pas au-delà de cette durée, mais pour l'instant seul le temps saura nous le confirmer hors de tout doute.

Sources : [Radio Canada](#), [La Presse](#), [INSPQ](#)

## 8 EST-CE QUE JE POURRAIS ATTRAPER OU TRANSMETTRE LA COVID-19 MÊME SI J'AI ÉTÉ VACCINÉ?

Oui, il est possible d'attraper la COVID-19 après avoir été vacciné. Les vaccins Pfizer-BioNtech et Moderna ont présenté lors des études cliniques des taux d'efficacité de l'ordre de 95 %. Pour les 5 % de personnes vaccinées qui ont tout de même contracté la maladie, les études cliniques ont démontré qu'il y a eu très peu de symptômes graves de la maladie. Donc, si une personne se fait vacciner et contracte tout de même la COVID-19, il y a de bonnes chances qu'elle n'ait à gérer que des symptômes mineurs de la maladie.

On ne sait pas encore si les personnes vaccinées peuvent transmettre la maladie ou non.



Il est ainsi théoriquement possible d'être protégé soi-même contre la COVID-19 par le vaccin, mais que le virus soit toujours présent dans les muqueuses du nez et puisse infecter d'autres personnes lors d'un éternuement.

Sources : [Radio Canada](#)

## 9 LES VACCINS SERONT-ILS EFFICACES EN CAS DE MUTATION DU VIRUS COVID-19?

On a beaucoup entendu parler des nouvelles souches du virus qui ont récemment été découvertes, notamment en Grande-Bretagne. Or, rien n'indique jusqu'ici que les vaccins disponibles ne seront pas efficaces contre ces nouveaux variants.

Cela dit, la technologie des vaccins à l'ARN a l'avantage d'être très souple, ce qui permet de développer très rapidement un vaccin modifié pour faire face à une éventuelle mutation de la COVID-19.

De plus, contrairement au virus qui cause la grippe, le coronavirus qui provoque la COVID-19 provient d'une famille de virus qui évolue beaucoup plus lentement. Il est donc peu probable que nous devions recevoir un nouveau vaccin chaque année, comme c'est le cas pour la grippe saisonnière.

Sources : [Radio Canada](#), [La Presse](#)

## 10 LES FEMMES ENCEINTES ET LES ENFANTS PEUVENT-ILS SE FAIRE VACCINER CONTRE LA COVID-19 ?

Les femmes enceintes et les enfants n'ont pas été inclus dans les essais cliniques des vaccins contre la COVID-19 approuvés par Santé Canada. Le Comité sur l'immunisation du Québec attend d'avoir des données sur la sécurité et l'efficacité des vaccins pour ceux-ci avant de recommander leur vaccination.

Sources : [INSPQ](#), [gouvernement du Québec](#)

Paru en janvier 2021 sur [naitreetgrandir](#), l'article « COVID-19: doit-on vacciner les femmes enceintes? » permet de mieux comprendre la situation actuelle entourant la vaccination des femmes enceintes, des femmes allaitantes et des enfants.

## 11 LE GOUVERNEMENT POURRAIT-IL OBLIGER LA VACCINATION CONTRE LA COVID-19?

Oui. Dans un contexte d'état d'urgence sanitaire, l'article 123 de la Loi sur la santé publique peut permettre au gouvernement du Québec de rendre obligatoire la vaccination contre une maladie contagieuse menaçant gravement la santé de la population afin d'en protéger la santé. Cette ordonnance pourrait concerner une partie ou l'ensemble de la population.

Sources : [Légis Québec](#)

À l'heure actuelle, le gouvernement du Québec n'a pas pris de décision en ce sens pour le vaccin contre la COVID-19.



## 12 UN EMPLOYEUR PEUT-IL OBLIGER UN EMPLOYÉ À SE FAIRE VACCINER?

Non, sauf dans un cas d'exception. Un employeur peut exiger qu'un employé soit vacciné s'il arrive à démontrer qu'une exigence professionnelle le justifie, par exemple que l'employé a des contacts avec une clientèle vulnérable. Or, le gouvernement du Québec n'a rien décrété d'obligatoire pour le moment concernant la campagne de vaccin contre la COVID-19. Une telle démonstration serait donc ardue à faire pour un employeur.

Sources : [CRHA](#), [Le Devoir](#)

## 13 PEUT-ON M'EMPÊCHER DE FRÉQUENTER CERTAINS LIEUX SI JE NE SUIS PAS VACCINÉ?

Oui. Au Québec, l'article 106 de la Loi sur la santé publique prévoit qu'un directeur de santé publique peut « ordonner à une personne, pour le temps qu'il indique, de ne pas fréquenter un établissement d'enseignement, un milieu de travail ou un autre lieu de rassemblement, si elle n'est pas immunisée contre une maladie contagieuse dont l'éclosion a été constatée dans ce milieu. »

Sources : [Légis Québec](#)

## 14 MON ENFANT RISQUE-T-IL DE DEVENIR AUTISTE S'IL EST VACCINÉ?

Non. Plusieurs études ont été réalisées à ce sujet et, à ce jour, aucune d'entre elles n'a réussi à démontrer de liens quelconques entre les vaccins et le développement de l'autisme.

Cette inquiétude est née en 1998, quand le journal médical The Lancet a publié une étude du Dr Andrew Wakefield qui traçait un lien entre l'autisme et le vaccin contre la rougeole, la rubéole et les oreillons (aussi appelé « vaccin RRO »).

The Lancet s'est finalement formellement rétracté en 2010, reconnaissant que l'étude n'aurait jamais dû être publiée à l'origine. L'étude n'avait aucune validité scientifique. Le Dr Wakefield a été accusé de fraude scientifique.

Or, cette fausse rumeur continue d'être propagée par certains groupes antivaccins, notamment parce que le vaccin RRO est généralement administré vers l'âge de 15 mois, à un moment où les profils de comportement et de la parole de l'enfant deviennent suffisamment marqués pour que les parents puissent déceler un trouble du spectre de l'autisme. Ce n'est toutefois qu'une coïncidence et aucun lien de cause à effet impliquant les vaccins n'a été scientifiquement établi.

Dans les faits, l'autisme est une maladie découlant principalement d'un trouble génétique. Certains des symptômes seraient présents dès la naissance, mais ils seraient trop subtils pour être décelés au cours de la première année de vie d'un bébé. Il est donc faux de prétendre que les vaccins peuvent augmenter les risques de développer cette maladie chez les enfants.

Sources : [OMS](#), [FQA](#), [Radio-Canada](#)



# Vous désirez en savoir plus?

---

Consultez ces ressources supplémentaires afin d'en apprendre davantage sur les vaccins :

- Radio-Canada, mars 2021, [\*Comment fonctionnent les vaccins contre le SRAS-CoV-2 \(et ses variants\)?\*](#)
- Organisation mondiale de la santé, janvier 2021, [\*Les différents vaccins contre la COVID-19\*](#)
- Le Pharmacien, 2020, [\*5 opinions mal informées au sujet des vaccins\*](#)
- Radio-Canada, janvier 2021, [\*Le vaccin contre la COVID-19 expliqué aux enfants\*](#)
- Émission Découverte, Radio-Canada, novembre 2020, [\*Vaccin : sortie de crise\*](#)



**Document préparé par la Fédération québécoise des organismes communautaires Famille (FQOCF)**

**Recherche et rédaction :** Émilie Lépine et Raphaël Melançon

**Révision linguistique :** Marie-Claude Labrie

**Révision scientifique :** Sylvie Champagne, microbiologiste MD, Hôpital de St-Paul, Vancouver

**Graphisme :** Florence Majérus

**Coordination :** Isabelle Dubois