



Introduction

Depuis le début de la pandémie de COVID-19, une énorme quantité d'information a été communiquée au sujet du virus et de la façon d'assurer notre sécurité et celle de nos milieux de travail. Voici quelques réponses aux questions les plus courantes sur la COVID-19.

Quelles mesures de maîtrise des risques peut-on utiliser pour se protéger contre la COVID-19?

L'exposition à des maladies infectieuses comme la COVID-19 constitue un danger en milieu de travail. Les employeurs ont l'obligation légale de protéger leurs employés et les autres personnes sur le lieu de travail contre l'exposition à la COVID-19. Pour ce qui est des autres dangers présents en milieu de travail, il faut mettre en place des mesures de maîtrise préventives pour éliminer ou réduire le plus possible les risques qu'ils représentent.

Les mesures de maîtrise des risques (décrites et visibles dans cette [infographie sur la hiérarchie des mesures de maîtrise de la COVID-19](#)) sont divisées en plusieurs catégories : élimination et substitution, mesures d'ingénierie, mesures administratives et équipement de protection individuelle (EPI).

Il est recommandé de mettre en place plusieurs [mesures de prévention individuelles](#) selon une approche combinée :

- Respecter le plus grand éloignement physique possible (au moins 2 mètres).
- Porter adéquatement un masque bien conçu et bien ajusté.
- Maintenir ses mains propres en procédant souvent à un lavage de celles-ci ou à l'application de désinfectant à base d'alcool.
- Suivre l'étiquette respiratoire lors de toux ou d'éternuements.
- [Nettoyer et désinfecter](#) les surfaces qui sont fréquemment touchées.
- Avoir une bonne [ventilation à l'intérieur](#) et dans les véhicules.
- Faire des contrôles quotidiens des symptômes et des expositions potentielles.
- S'isoler en cas de symptômes ou se mettre en quarantaine en cas d'exposition potentielle.
- Restreindre les interactions non essentielles en personne.
- Maintenir les interactions essentielles en personne aussi peu nombreuses et brèves que possible.
- S'instruire et s'informer à partir de sources fiables.

Pour aider à réduire le risque de propagation de la COVID-19, il est recommandé que le milieu de travail conduise une [évaluation des risques](#) et prépare un [plan de mesures de contrôle pour la COVID-19](#).

Une évaluation des risques relatifs à la COVID-19 permet de déterminer la probabilité qu'un employé soit exposé à la COVID-19 en milieu de travail. Le risque de transmission de la maladie augmente :

- dans les espaces clos mal ventilés;
- dans les lieux bondés;
- lors d'interactions en personne, fréquentes ou prolongées (p. ex., conversations à proximité, contacts physiques, longs quarts de travail) avec des personnes à l'extérieur du ménage;
- dans les endroits où l'on chante, crie ou respire fort (p. ex., à cause de l'effort).

Les évaluations des risques permettent également de déterminer la gravité des résultats ou des conséquences de la transmission de la COVID-19 (p. ex., augmentation de l'absentéisme, fermeture de l'entreprise).

Un plan de sécurité relatif à la COVID-19 devrait comprendre des procédures et des politiques écrites sur la façon de mettre en œuvre les mesures de santé et de sécurité pour lutter contre la COVID-19, ainsi que sur la façon d'intervenir en présence d'un cas confirmé ou soupçonné de COVID-19.



L'[organisme de réglementation dont vous dépendez en matière de SST](#), votre [Commission provinciale des accidents du travail](#), votre [autorité de santé publique locale](#), et l'[Agence de santé publique du Canada \(ASPC\)](#) ont établi des règles précises qui doivent être respectées, ainsi que des lignes directrices et des recommandations concernant les pratiques exemplaires.

Il est recommandé de vérifier fréquemment les règles qui s'appliquent, selon l'administration dont vous dépendez et votre lieu de travail, à mesure que la pandémie progresse. Mettez à jour les politiques et les procédures au besoin.

Ces politiques et procédures doivent être communiquées à quiconque pourrait être touché par la COVID-19, comme les employés, les clients, les consommateurs, les visiteurs et les entrepreneurs.

Les communications doivent être dans des langues et des formats qui favoriseront la compréhension du public cible. Par exemple, vous pouvez : accrocher des affiches avec pictogrammes sur les murs et les babillards, envoyer des courriels, publier des avis sur des pages Web et sur des médias sociaux, utiliser les formulaires de contrôle préalable des symptômes et faire des annonces aux réunions et dans les formations des employés.

Consultez ces liens pour en savoir plus sur la prévention de la propagation de la COVID-19 en milieu de travail :

[ASPC – Mesures pour assurer la sécurité des entreprises et des employés pendant la pandémie de COVID-19](#)

[ASPC – Outil d'atténuation des risques pour les lieux de travail et les entreprises en activité pendant la pandémie de COVID-19](#)

[CCHST – Protégez-vous et protégez les autres contre la COVID-19](#)

[CCHST – COVID-19 : Planification en santé et sécurité pour les employeurs](#)

[CCHST – Prévention de la COVID-19 chez les travailleurs](#)

[CCHST – Ressources en santé et sécurité sur la COVID-19](#)

Avec qui dois-je communiquer pour signaler des conditions de travail ou des pratiques dangereuses liées à la COVID-19?

Si un milieu de travail ne respecte pas les exigences de son industrie ou de sa province en matière de prévention de la COVID-19, il peut y avoir lieu de s'inquiéter.

Les préoccupations au sujet de la COVID-19 doivent d'abord être discutées directement avec le superviseur, l'employeur, le comité de santé et de sécurité (CSS) ou le représentant de santé et de sécurité et le syndicat, s'il y en a un.

Si le problème n'est pas résolu, les préoccupations et les plaintes concernant des pratiques ou des conditions de travail dangereuses liées à la COVID-19 doivent être signalées aux organismes de réglementation en matière de santé et de sécurité au travail (SST) qui s'occupent des autres dangers en milieu de travail. Communiquez avec votre [organisme provincial ou territorial de réglementation en matière de SST](#). Si le lieu de travail est sous réglementation fédérale, communiquez avec [le Programme du travail fédéral](#) du Canada en composant le **1-800-641-4049**.

Vous pouvez aussi consulter votre [autorité de santé publique locale](#).

Devrais-je me présenter au travail? Un membre de mon ménage ou moi-même avons une prédisposition (âge, problème médical) qui augmente le risque de développer des symptômes graves de la COVID-19.

La décision de se présenter ou non au travail (sur place) pendant la pandémie peut être difficile. Le CCHST ne peut pas évaluer votre milieu de travail et votre santé ni vous conseiller à savoir si vous devez retourner au travail. Cependant, voici quelques étapes à suivre pour vous aider à prendre cette décision :

Parlez directement de vos préoccupations à votre employeur. Des mesures supplémentaires de maîtrise des risques ou l'adoption de modalités de travail particulières, comme de nouvelles fonctions ou le télétravail, peuvent être mises en place. Votre employeur et vous devez travailler ensemble à déterminer les mesures d'adaptation à prendre pour un retour au travail en toute sécurité. Si l'employeur a pris toutes les précautions raisonnables pour assurer votre santé et votre sécurité, vous êtes tenu de vous présenter au travail ou d'y retourner.

Votre comité ou représentant de santé et de sécurité ou votre syndicat peuvent également vous donner des conseils et vous soutenir dans ce processus.



Discutez de vos préoccupations avec votre médecin ou votre médecin spécialiste. Il peut vous aider à évaluer les risques d'un retour au travail pour votre santé. Vous devrez peut-être fournir des renseignements sur votre état de santé à l'appui de votre demande de mesures d'adaptation ou de congé.

Si vous n'êtes pas en mesure de travailler en raison de la COVID-19, demandez à votre employeur quelles sont vos options en matière de congé payé ou non payé. Vous pourriez aussi être admissible à une [aide financière du gouvernement](#).

Si vous devez travailler et que vous craignez de transmettre la COVID-19 à un membre vulnérable de votre ménage, vous pourriez envisager d'appliquer des mesures supplémentaires de maîtrise des risques à la maison.

Si une exposition à la COVID-19 est confirmée en milieu de travail, quels renseignements les responsables du milieu de travail peuvent-ils ou doivent-ils communiquer?

S'il y a un cas soupçonné ou confirmé de COVID-19 dans un milieu de travail, les responsables du milieu de travail doivent communiquer avec l'[autorité de santé publique locale](#) pour obtenir des directives et de l'aide. Chaque administration publique peut avoir des instructions particulières sur ce qu'il faut faire en cas d'exposition en milieu de travail. La personne qui présente des symptômes doit immédiatement s'isoler à la maison. Bien que ses collègues puissent remarquer son absence, la direction doit seulement confirmer l'absence et ne pas fournir de détails supplémentaires.

L'employeur et l'autorité de santé publique doivent protéger la vie privée et la confidentialité des personnes symptomatiques. Par exemple, lorsque l'annonce d'un cas positif dans une école ou une épicerie est faite au grand public, les renseignements personnels de la ou des personnes symptomatiques ne sont pas divulgués. Dans un milieu de travail, la vie privée et la confidentialité des employés symptomatiques doivent également être protégées, même lorsque l'annonce de l'exposition est faite aux employés et à d'autres parties en milieu de travail.

Si l'autorité de santé publique locale effectue une recherche plus poussée des contacts, elle identifiera et avisera toute personne ayant été exposée à la personne symptomatique. La recherche pourrait toucher des collègues, des clients, des consommateurs, des visiteurs, des entrepreneurs, des amis et des membres de la famille. Ces personnes pourraient également être tenues de se mettre en quarantaine, de s'isoler (si elles sont symptomatiques) ou de passer un test de dépistage de la COVID-19.

L'autorité de santé publique locale pourrait également donner des instructions à l'employeur concernant des mesures à prendre, comme ordonner la fermeture temporaire du lieu de travail à des fins de nettoyage et de désinfection. Si l'exposition s'est produite sur le lieu de travail, l'[organisme de réglementation dont dépend le lieu de travail en matière de SST](#) et la [Commission provinciale des accidents du travail](#) pourraient également devoir être avisés, comme c'est le cas pour toutes les autres maladies et blessures en milieu de travail.

Si je suis à la maison et que j'ai (ou que je pense avoir) la COVID-19, ai-je besoin d'un résultat de test négatif pour être autorisé à retourner au travail?

Chaque province peut avoir des directives particulières en matière de dépistage de la COVID-19 et quant à la fin de la période de mise en quarantaine ou d'isolement.

Le secteur du milieu de travail, la situation d'exposition (source, moment) et les symptômes peuvent également avoir une incidence sur les exigences en matière de dépistage et de mise en quarantaine ou d'isolement.

Communiquer avec votre [autorité de santé publique locale](#) pour déterminer si un résultat de test négatif est nécessaire dans votre situation particulière.

En quoi consiste le contrôle de la COVID-19 et est-il obligatoire?

Le contrôle consiste à poser des questions à une personne pour déterminer si elle peut avoir la COVID-19 ou avoir récemment été exposée à la COVID-19. Les questions portent habituellement sur les [symptômes](#), les [voyages](#) récents et le contact avec des personnes qui ont reçu un diagnostic de COVID-19 ou qui pourraient en être atteintes.

Certains gouvernements provinciaux et territoriaux ont inclus une obligation de contrôle dans leurs lois entourant la pandémie. Vérifiez les exigences actuelles de votre [autorité de santé publique locale](#) afin de vous assurer de votre conformité.

Le contrôle déterminera si une personne :

- doit être évaluée en profondeur ou subir un test de dépistage de la COVID-19;



- sera autorisée à entrer dans un lieu de travail pour y travailler ou le visiter;
- sera autorisée à recevoir des services pour lesquels des interactions en personne pourraient être nécessaires.

Dans les lieux de travail, les employeurs doivent veiller à ce que les protocoles de contrôle soient suivis et à ce que les questions exigées par l'autorité de santé locale soient posées. L'autorité de santé locale peut fournir un outil ou un modèle de formulaire des questions à poser. Sinon, l'employeur doit en créer un.

L'outil de contrôle pourrait être un formulaire en format papier ou électronique, un questionnaire en ligne, une application ou un portail Web pour les travailleurs. [L'outil de dépistage de la COVID-19 du CCHST](#) est un exemple de formulaire en format papier. [L'outil d'auto-évaluation COVID-19](#) est un outil de contrôle en ligne accessible à tous les résidents du Canada.

Les employés doivent se soumettre à un contrôle avant d'entrer sur le lieu de travail, et leur état doit être surveillé tout au long de la journée. Les entrepreneurs et les visiteurs doivent également être contrôlés avant d'être autorisés à entrer sur les lieux. On peut demander aux parents d'utiliser un outil de contrôle pour déterminer si leur enfant devrait aller à l'école chaque jour.

Consigner le nom et les coordonnées de tous les travailleurs, clients, consommateurs, etc. pour faciliter la recherche des contacts, au besoin. Veillez à ce que leur vie privée soit protégée, que les données soient stockées de manière sécurisée et qu'elles ne soient utilisées que pour la recherche des contacts.

Le contrôle est une pratique utile, mais qui comporte certaines limites :

- Ce ne sont pas toutes les personnes qui répondront honnêtement aux questions, craignant de perdre leur travail ou de ne pas avoir accès à des services. Songez à fournir de l'information sur la manière de [prévenir la stigmatisation](#) et à vous assurer que les employés comprennent les politiques et les programmes de congé de l'employeur et du gouvernement.
- Les questions n'évaluent que l'état actuel des personnes; le processus de contrôle doit donc être répété tous les jours et tout au long de la journée si possible.
- Certaines personnes qui ont la COVID-19 présentent des symptômes bénins ou n'en présentent aucun : les mesures de contrôle ne pourront aider à détecter ces personnes.

Je travaille à domicile en raison de la COVID-19. Qu'arrive-t-il si je suis malade ou blessé?

Même si vous travaillez de la maison, votre employeur demeure responsable de votre santé et de votre sécurité au travail. Cette responsabilité comprend l'ergonomie au bureau et l'exposition à des dangers qui font partie de votre travail, notamment les risques d'origine électrique, les glissades, les trébuchements et les chutes, les interventions d'urgence et les problèmes psychosociaux comme la solitude et l'isolement.

Si vous tombez malade ou vous blessez en travaillant, avisez immédiatement votre superviseur et votre employeur.

Discutez avec votre employeur si vous avez des préoccupations en matière de santé et de sécurité. S'il n'est pas sécuritaire de travailler, parlez-en à votre superviseur, à votre comité ou à votre représentant de santé et de sécurité ou à votre syndicat.

Rendre un bureau à domicile ergonomique peut représenter un défi, car les tables et les chaises de cuisine ne sont pas idéales pour une utilisation prolongée en position assise devant un ordinateur. Au besoin, demander une d'évaluation ergonomique du bureau à domicile, qui peut être faite par vidéoconférence.

Évaluez votre espace de télétravail pendant l'installation initiale et ensuite à intervalles réguliers alors que vous continuez à travailler à domicile. De cette façon, vous prévenez les dangers et les blessures.

Tenez compte de toutes vos activités de travail habituelles. En raison des contraintes structurelles ou technologiques de votre maison, il se peut qu'il ne soit pas possible d'effectuer toutes vos tâches habituelles en toute sécurité à partir de votre domicile. Certaines tâches et certains processus pourraient devoir être modifiés. Discutez de vos préoccupations avec votre superviseur.

Continuez de suivre toutes les procédures de travail sécuritaires. L'employeur doit communiquer régulièrement avec vous; il doit notamment vous aviser de toute nouvelle pratique ou politique qui aura une incidence sur vous ou qui vous aidera pendant que vous travaillez de la maison.

Pour en savoir plus sur le télétravail et l'aménagement d'un bureau ergonomique à domicile, visitez les liens suivants :

[Gouvernement du Canada – Travail à distance](#)



[Société canadienne de psychologie – Travailler à domicile](#)

[CCHST – Fiche-conseil en temps de pandémie \(COVID-19\) : Travail à domicile](#)

[CCHST – Télétravail/travail à distance](#)

[CCHST – Guide santé sécurité sur le télétravail et le bureau à domicile](#)

[CCHST – Travail en isolement](#)

[CCHST – Ergonomie](#)

[CCHST – Ergonomie au bureau](#)

Où puis-je trouver des ressources en santé mentale?

La pandémie actuelle de COVID-19 a des répercussions sur la santé mentale qui peuvent se traduire par des symptômes physiques et mentaux d'augmentation du stress, d'anxiété et de dépression. Les changements apportés à nos habitudes, l'isolement social et physique, le stress financier et la peur de contracter ou de propager le virus sont tous des facteurs qui y contribuent.

Si vous ou une personne que vous connaissez êtes en crise, veuillez communiquer avec votre hôpital local, composer le 911 immédiatement ou communiquer avec un [Centre de crise](#) de votre région.

[Services de crises du Canada](#) offre aux appelants de n'importe où au Canada l'accès à un soutien par téléphone, en français ou en anglais, en cas de crise. Numéro sans frais : **1-833-456-4566** (accessible 24 heures par jour, 7 jours par semaine).

Parlez à une personne qui est formée en premiers soins en santé mentale.

Certains milieux de travail ont un Programme d'aide aux employés (PAE) qui donne accès à des services de consultation en santé mentale.

Communiquez avec les ressources communautaires ou sanitaires qui offrent des services de santé mentale dans votre région.

Pour accéder aux renseignements et ressources concernant la santé mentale, visitez les liens suivants :

[CCHST – Santé mentale](#)

[Protégeons la santé mentale au travail](#)

[Espace mieux-être Canada](#)

[Gouvernement du Canada – Santé mentale et bien-être](#)

[Gouvernement du Canada – Prendre soin de sa santé mentale et physique durant la pandémie de la COVID-19](#)

[Québec – Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19](#)

[Association canadienne pour la santé mentale](#)

[Société canadienne de psychologie](#)

[Jeunesse, J'écoute](#)

[Organisation mondiale de la santé \(OMS\) – En bonne santé à la maison](#)

Les masques et l'équipement de protection individuelle (EPI)

Quelle est la différence entre les masques N95, les masques chirurgicaux/médicaux et les masques non médicaux?

Chaque type de masque est conçu dans un but précis :

Les **respirateurs** comme les N95 offrent une protection contre l'exposition aux particules en suspension dans l'air pourvu qu'ils soient ajustés et portés correctement. Ils constituent aussi une barrière contre la diffusion des gouttelettes de salive. Ces respirateurs sont réglementés par le gouvernement et doivent respecter des critères d'essai et de contrôle de fabrication précis. Les normes applicables doivent figurer sur l'étiquette de l'emballage ou le respirateur.

Consultez votre [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de santé et sécurité au](#)



[travail \(SST\)](#) et les règlements connexes applicables si votre lieu de travail, vos activités professionnelles et votre exposition aux risques exigent le port de ces respirateurs. Dans un tel cas, il faut réaliser un test d'ajustement sur l'utilisateur et fournir à celui-ci une formation sur les procédures d'ajustement, d'utilisation, d'inspection et d'entretien du respirateur.

Les **masques chirurgicaux ou médicaux** agissent comme une barrière à la propagation des gouttelettes de salive que projettent les personnes qui le portent lorsqu'elles respirent, parlent, crient, chantent, éternuent ou toussent. Contrairement aux respirateurs N95, ils ne sont pas spécialement conçus pour filtrer les particules et les aérosols présents dans l'environnement.

Ces masques sont réglementés par le gouvernement et doivent respecter des critères d'essai et de contrôle de fabrication précis. Les normes applicables doivent figurer sur l'étiquette de l'emballage.

Les masques chirurgicaux ou médicaux sont surtout utilisés dans les établissements de soins de santé, mais ils sont aussi en vente dans de nombreux magasins. Ils sont habituellement faits d'un tissu plissé léger, coloré sur la face externe (p. ex. bleu, jaune ou rose) et de couleur blanche sur la face interne. Ils sont également munis d'un pince-nez en métal et de boucles latérales. Ces masques sont généralement à usage unique et doivent être remplacés et jetés lorsqu'ils deviennent humides ou sales.

[Le masque non médical \(MNM\)](#) limite la propagation des gouttelettes de salive émises lorsque la personne qui le porte respire, parle, crie, chante, éternue ou tousse. Il est le plus souvent utilisé dans la collectivité et en milieu de travail en combinaison avec d'autres [pratiques de prévention personnelles](#) (p. ex., l'éloignement physique, l'hygiène des mains) pour aider à prévenir la propagation des virus. Les masques non médicaux ne sont pas réglementés ni mis à l'essai; toutefois, ils aident à vous protéger et à protéger les autres contre la COVID-19 lorsqu'ils sont de bonne qualité et qu'ils sont ajustés, portés, manipulés et entretenus correctement.

Portez un masque non médical lorsque :

- son port est exigé par votre employeur ou par votre autorité de santé publique locale;
- vous êtes dans un endroit bondé ou dans un espace clos qui a une mauvaise ventilation;
- vous êtes dans un endroit public et vous pourriez entrer en contact étroit avec d'autres personnes;
- vous interagissez avec des personnes qui ne font pas partie de votre ménage.

En ce qui concerne les masques non médicaux en tissu, que vous les achetiez ou les fabriquiez, la conception et les matières peuvent influencer sur leur efficacité à limiter la propagation des gouttelettes de salive. L'ASPC recommande le port de masques à trois couches. Les couches intérieure et extérieure doivent être faites de tissu tissé serré, comme le coton ou le lin, et la couche centrale doit être faite d'un tissu filtrant, comme le polypropylène non tissé. Si vous ne pouvez pas vous procurer de masque à trois couches, songez à superposer des masques à une seule couche. Le masque doit être bien ajusté sur votre nez, votre bouche et votre menton; un masque trop ample avec des ouvertures sera moins efficace. Assurez-vous de la bonne fixation des boucles latérales ou des sangles serre-tête.

Les masques réutilisables en tissu doivent être lavés à l'eau chaude savonneuse et séchés après chaque utilisation et lorsqu'ils deviennent humides ou sales. Les masques endommagés seront moins efficaces et doivent être jetés.

MISES EN GARDE :

- Des cas de vente de respirateurs contrefaits qui ne fournissent pas une protection suffisante ont été rapportés. Faites vos achats exclusivement auprès de fournisseurs et de fabricants dignes de confiance et vérifiez l'authenticité du numéro d'approbation du NIOSH (pour les N95). Pour en savoir plus, accédez à la page [gouvernement du Canada - Les respirateurs N95 frauduleux et non autorisés peuvent ne pas protéger les consommateurs contre la COVID-19](#).
- Certains masques non médicaux à usage unique ressemblent à des respirateurs ou à des masques médicaux. Toutefois, les étiquettes de leur emballage ne porteront aucune indication sur les normes réglementaires et les procédures d'essai applicables.
- Les masques avec soupapes d'expiration permettent à l'air expiré et aux gouttelettes de salive de se propager à l'extérieur du masque. Donc, comme ces masques ne protègent pas les autres, leur port n'est pas recommandé.
- Les cache-cou, les bandanas et les foulards n'offrent pas une protection suffisante.

Consultez ces liens pour obtenir de plus amples renseignements sur les respirateurs, les masques médicaux/chirurgicaux et les masques non médicaux :

[Masques médicaux et respirateurs utilisés pour la lutte contre la COVID-19 : Aperçu](#)

[Masques médicaux et respirateurs utilisés pour la lutte contre la COVID-19 : Renseignements pour les professionnels de la santé](#)



[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Conseils aux collectivités](#)

[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Comment choisir, utiliser et entretenir un masque](#)

[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Comment mettre, enlever et nettoyer un masque](#)

CCHST :

[Obtiens les faits sur les masques](#)

[Vidéo : Comment choisir un masque](#)

[Vidéo : Comment bien porter un masque](#)

[Vidéo : Comment prendre soin d'un masque](#)

[Appareils respiratoires – Les appareils de protection respiratoire par rapport aux masques chirurgicaux](#)

[Appareils respiratoires – Choix](#)

[Appareils respiratoires – Entretien](#)

[Appareils respiratoires – Port de l'appareil](#)

[Protection des voies respiratoires contre les agents infectieux aéroportés pour les travailleurs de la santé](#)

Les masques KN95 peuvent-ils être utilisés au travail au lieu des masques N95?

Durant une pandémie, l'approvisionnement en respirateurs N95 de qualité médicale et commerciale peut être très limité. Il est également possible que des problèmes de chaîne d'approvisionnement retardent les livraisons ou encore que les stocks existants soient réservés aux secteurs de la santé et des autres services de première ligne. Si votre employeur exige normalement le port du respirateur N95 pour la protection contre les particules fines, mais qu'il éprouve des difficultés d'approvisionnement, il est possible d'utiliser un autre type de masque pourvu qu'il offre au moins le même niveau de protection respiratoire.

Les lois sur la santé et la sécurité au travail (SST) peuvent avoir des exigences particulières en matière de protection respiratoire, notamment en ce qui concerne les normes d'essai de conception, de filtration, de rendement et de matériaux des appareils respiratoires. Par exemple, les respirateurs N95 sont conformes aux normes d'essai du NIOSH des États-Unis, tandis que les masques KN95 répondent aux normes d'essai de la Chine. Des normes d'essai semblables existent en Europe, en Australie, au Japon, etc. [Les masques respiratoires approuvés en vertu des normes utilisées dans d'autres pays](#) peuvent être utilisés au Canada si le fabricant peut prouver que les essais respectent les normes appropriées.

Consultez toujours votre [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de SST](#) pour obtenir une interprétation juridique exacte et lui demander si des respirateurs conformes à des normes d'essai comparables peuvent être utilisés en toute sécurité dans votre milieu de travail pour les tâches exécutées.

Dois-je porter un masque non médical au travail?

Le port d'un masque non médical peut être exigé par les autorités gouvernementales ou de santé publique locales en fonction du taux d'infection de votre région et d'autres facteurs.

Conformément aux lois en SST, l'employeur doit prendre toutes les précautions raisonnables nécessaires pour protéger la santé et la sécurité du personnel. Par exemple, il peut exiger le port d'un masque non médical en plus d'autres [mesures préventives individuelles](#) de lutte contre la COVID-19, comme l'éloignement physique et le lavage fréquent des mains.

Quant au personnel, il doit utiliser l'équipement de protection individuelle (comme les respirateurs) et tout autre équipement de sécurité requis par l'employeur pour protéger sa santé et sa sécurité.

L'employeur doit effectuer une évaluation des risques avec le comité ou le représentant de santé et de sécurité pour déterminer si le port du masque est nécessaire et s'assurer que cette obligation ne crée pas de nouveaux dangers pour la sécurité.

Certains travailleurs peuvent avoir des problèmes de santé préexistants qui rendent le port d'un masque difficile. Dans de tels cas, il incombe aux deux parties de trouver une mesure d'adaptation raisonnable.

Puis-je porter un respirateur plutôt qu'un masque non médical au travail?

Lorsque le port du masque non médical est obligatoire en milieu de travail, certains travailleurs peuvent demander à l'employeur si le port d'un respirateur est acceptable.

Diverses raisons peuvent expliquer cette demande :

- le travailleur cherche à obtenir une meilleure protection respiratoire que celle offerte par un masque non médical;



- le travailleur a un problème de santé qui exige une mesure d'adaptation;
- il est maintenant de plus en plus facile et abordable d'acheter au détail divers respirateurs (N95, KN95, etc.);
- il peut s'agir de préférences personnelles (ajustement, confort et apparence).

Bien qu'en apparence ce remplacement soit simple, l'employeur doit d'abord cerner les problèmes éventuels. Par exemple, devra-t-il procéder à un test d'ajustement et offrir une formation si le masque non médical est remplacé par un respirateur?

Lorsqu'un respirateur est nécessaire pour protéger le personnel contre un risque professionnel (p. ex. particules, produits chimiques, matières biologiques), son port est régi par des règlements en SST qui exigent un test d'ajustement sur l'utilisateur. L'employeur doit également offrir à cet utilisateur une formation sur les procédures d'ajustement, d'utilisation, d'inspection et d'entretien du respirateur. Même s'il s'agit de remplacer un masque offrant un niveau de protection inférieur, les exigences en SST peuvent tout de même s'appliquer puisque le respirateur sert de protection contre un risque biologique en milieu de travail.

Voici d'autres questions pour l'employeur :

- Si aucun test d'ajustement n'est effectué, le respirateur offrira-t-il le niveau de protection attendu? Les normes d'essai de protection sont fondées sur un bon ajustement et une bonne étanchéité.
- Quelles sont ses responsabilités juridiques si un travailleur contracte la COVID-19 au travail alors qu'il porte un masque de son choix, peu importe le type?
- Fournit-il les masques aux travailleurs?
- L'utilisation des masques qu'il fournit est-elle obligatoire?
- Si le travailleur peut porter son propre masque au travail, l'employeur doit-il inspecter et approuver le masque avant d'autoriser son port?
- Quelles sont les allégations et les instructions sur l'emballage du masque?
- Le respirateur répond-il aux normes canadiennes d'essai et de fabrication (ou à des normes étrangères équivalentes)?
- Au besoin, peut-il effectuer un test d'ajustement adéquat et fournir une formation aux travailleurs?
- Les travailleurs relâcheront-ils leur vigilance quant aux autres mesures de protection s'ils portent un respirateur?

L'employeur doit lire attentivement les règlements en SST applicables pour la protection respiratoire et les risques biologiques, consulter son [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de SST](#), discuter avec le comité ou le représentant de santé et de sécurité, et consulter un conseiller juridique, au besoin.

REMARQUE : L'obligation d'un test d'ajustement ne s'applique pas au port d'un respirateur dans la collectivité, donc exclusivement pour un usage personnel. Dans ce cas, les personnes doivent suivre le mode d'emploi du fabricant.

Est-il sécuritaire de porter un masque toute la journée au travail?

Les masques sont sécuritaires pour la plupart des gens et ils aident à réduire la propagation de la COVID-19. L'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) a formulé des [conseils sur l'utilisation du masque](#) dans la collectivité et en milieu de travail, y compris des renseignements sur les considérations [de sécurité](#) et sur les [personnes qui ne peuvent pas porter de masque](#). Un travailleur préoccupé par l'incidence du port du masque sur sa santé doit consulter un professionnel de la santé et discuter avec son employeur.

Certaines publications dans les médias sociaux affirment que le port du masque peut entraîner un manque d'oxygène ou une intoxication au dioxyde de carbone. Cette affirmation est **FAUSSE** et a été réfutée par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) dans sa publication [Nouveau coronavirus \(2019-nCoV\) : conseils au grand public – En finir avec les idées reçues](#). L'air dans le masque peut être chaud et humide, mais les taux d'oxygène et de dioxyde de carbone ne changent pas. Apprenez-en plus sur la [vérification des faits relativement à l'information sur la COVID-19](#).

Les personnes qui effectuent des tâches lourdes ou travaillent dans un environnement chaud ou humide peuvent subir un [stress thermique](#), qui est défini comme la « charge thermique nette [globale] à laquelle un travailleur peut être exposé en raison de l'apport combiné de la chaleur métabolique, de certains facteurs environnementaux (p. ex. température ambiante, humidité, mouvement de l'air et chaleur rayonnante). »

L'employeur doit mettre en place un [programme de contrôle du stress thermique](#) en milieu de travail pour évaluer et gérer le risque de stress thermique. Par exemple, il peut être nécessaire d'offrir aux travailleurs plus de pauses pour se reposer et s'abreuver lorsqu'il fait très chaud.

Les autorités canadiennes en santé et sécurité au travail utilisent généralement les valeurs limites d'exposition pour la chaleur recommandées par l'American Conference of Governmental Industrial Hygienists ([ACGIH](#)). Remarque :



Certaines lois en SST utilisent le terme « limite d'exposition en milieu de travail » pour désigner ces valeurs limites.

L'ACGIH a publié des directives* sur le calcul du stress thermique en unités de température du thermomètre globe mouillé (WBGT), mesurées en degrés Celsius (°C). Les formules de calcul comprennent une « correction en fonction du vêtement porté » pour divers types de vêtements, ce qui ajoute entre 0 à 11 degrés Celsius (°C) à la valeur finale.

Bien que des vêtements de travail lourds ou tissés serrés puissent accroître la charge thermique du travailleur, des études ont révélé que les masques faciaux et les combinaisons ont un effet minimal sur la capacité de dissipation thermique du corps. Toutefois, comme la peau du visage comporte de nombreux nerfs et récepteurs de température, le travailleur peut tout de même avoir l'impression de subir une augmentation [globale] de sa charge thermique puisque la perte de chaleur au niveau du visage est plus faible.

L'ACGIH ne recommande aucune modification de l'utilisation de couvre-visage et n'indique aucune correction en fonction du vêtement porté pour les masques faciaux. Toutefois, comme chaque milieu de travail est différent, l'employeur peut décider d'appliquer une correction de ce type à ses calculs. L'employeur doit discuter avec le comité ou le représentant de santé et sécurité et consulter son [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de SST](#).

* Pour obtenir de l'information technique détaillée, consultez les plus récents livrets « TLVs® and BEIs® » et « Documentation of TLVs® and BEIs® » de l'ACGIH.

Pour en savoir davantage sur le stress lié à la chaleur, veuillez consulter ces fiches d'information Réponses SST suivantes :

[Conditions de température - Chaleur](#)

[Conditions de température - Législation](#)

[Exposition à la chaleur - Mesures de protection](#)

[Exposition à la chaleur - Effets sur la santé et premiers soins](#)

[Indice humidex et le travail](#)

[Confort thermique au bureau](#)

Puis-je porter un écran facial au lieu d'un masque?

Les [écrans faciaux](#) ne devraient pas remplacer les masques. Ils sont efficaces pour protéger les yeux, ajouter une couche de protection supplémentaire contre les éclaboussures lorsque portés en plus d'un masque et offrir une pleine visibilité du visage des personnes qui les portent. Les écrans faciaux n'offrent cependant pas une protection équivalente à celle des respirateurs, des masques chirurgicaux ou médicaux ou des masques non médicaux. Les grands espaces sur les côtés et au bas de l'écran facial permettent la libre propagation des gouttelettes de salive et des aérosols. De plus, les écrans faciaux n'offrent aucune protection contre les gouttelettes de salive et les aérosols infectieux projetés par d'autres personnes.

Rendez-vous sur la page [CCHST - COVID-19 : Utilisation d'un écran facial](#) pour en savoir plus.

REMARQUE : S'il est nécessaire de voir le visage de la personne pour des raisons d'accessibilité (p. ex. lire sur les lèvres), il peut être possible d'utiliser un [masque transparent de qualité médicale](#) à usage unique.

Quel EPI dois-je utiliser pour me protéger contre la COVID-19?

L'équipement de protection individuelle (EPI) requis pour se protéger contre la COVID-19 dépendra du milieu de travail et du type de tâches exécutées.

Par exemple, dans les milieux de soins de santé où le risque d'inhalation d'aérosols projetés par d'autres personnes et de contact étroit ou prolongé avec des personnes infectées est élevé, l'EPI peut comprendre des respirateurs ou des masques chirurgicaux, des écrans faciaux, des lunettes de protection, des blouses, des tabliers et des gants.

Voici des exemples de situations où il est possible d'envisager d'utiliser un EPI pour se protéger contre la COVID-19 :

- les instructions de travail sécuritaire ou la fiche de données de sécurité (FDS) du produit chimique utilisé pour le nettoyage exigent le port de gants et de tout autre EPI approprié;
- le nettoyage de sang ou de liquides organiques (port de gants jetables);
- une personne développe des symptômes au travail (port d'un masque chirurgical ou médical, si disponible). Si ce type de masque n'est pas disponible, la personne doit porter un masque non médical de bonne qualité et bien ajusté (si ce n'est pas déjà fait);
- lorsque le port d'un EPI est recommandé ou exigé par les autorités de santé publique locales.

Dans un endroit public, le port du masque non médical peut être recommandé ou exigé. Il convient de souligner que le masque non médical n'est pas un « EPI », car il n'est pas réglementé ni mis à l'essai.

Dans tous les milieux de travail, il faut continuer d'utiliser l'EPI pour éviter les dangers et les urgences en matière de sécurité au travail (autres que la COVID-19), conformément aux directives de l'employeur et aux lois en vigueur.

La loi n'est pas toujours claire quant à [qui paie l'EPI](#). Les règles varient selon l'administration responsable et, dans



certains cas, en fonction du type d'EPI requis. Pour en savoir plus sur les lois en SST, connaître vos obligations quant à l'EPI et obtenir une interprétation juridique exacte, consultez directement votre [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de SST](#).

Cliquez sur les liens suivants pour en savoir plus sur l'EPI.

ASPC :

[Équipement de protection individuelle contre la COVID-19 : Aperçu](#)

CCHST :

[COVID-19 et équipement de protection individuelle \(EPI\)](#)

[Conception d'un programme d'EPI efficace](#)

[Équipements de protection individuelle](#)

[Vêtements de protection contre les produits chimiques – Les gants](#)

Nettoyage et désinfection

Quels produits de nettoyage et de désinfection est-il préférable d'utiliser contre la COVID-19?

Santé Canada a publié la [liste de désinfectants approuvés](#). Elle énumère les produits jugés efficaces contre le coronavirus SRAS-CoV-2, qui cause la COVID-19.

Utilisez un produit de nettoyage et de désinfection portant un numéro d'identification du médicament (DIN). Un DIN est un numéro à huit chiffres attribué par Santé Canada qui confirme que le produit est approuvé au Canada et que son utilisation est sûre. Le DIN est imprimé sur l'étiquette du contenant.

Si vous avez d'autres questions, visitez [Santé Canada – Désinfectants, nettoyeurs et savons \(COVID-19\)](#), ou communiquez avec la Direction des produits de santé naturels et sans ordonnance de Santé Canada à hc.nnhpd-dpsnso.sc@canada.ca

Suivez toujours les précautions et les recommandations concernant l'utilisation sécuritaire indiquées par le fabricant du désinfectant. De plus, utilisez un équipement de protection individuelle (EPI) approprié si nécessaire.

Comment préparer une solution d'eau de Javel?

Si vous manquez de produits de nettoyage approuvés, vous pouvez utiliser une [solution d'eau de Javel diluée](#) pour désinfecter les surfaces dures fréquemment touchées.

Suivez les instructions qui figurent sur l'étiquette ou utilisez ces taux de dilution avec de l'hypochlorite de sodium (eau de Javel) à 5 % pour préparer une solution d'hypochlorite de sodium à 0,1 % :

- 250 ml (1 tasse) d'eau pour 5 ml (1 c. à thé) d'eau de Javel,
- 1 litre d'eau (4 tasses) pour 20 ml (4 c. à thé) d'eau de Javel.

Remarque : La plupart des produits d'eau de Javel vendus dans les magasins de détail sont des solutions d'hypochlorite de sodium à 3 à 5 %; toutefois, certains produits de qualité industrielle sont plus concentrés. Si votre concentration d'eau de Javel est supérieure à 5 % au départ, veillez à modifier vos mesures de façon à obtenir une solution diluée à 0,1 %.

Conseils de sécurité pour l'eau de Javel :

- Lisez toujours les étiquettes de mise en garde sur les contenants de produits d'entretien ménager. Consultez les fiches de données de sécurité (FDS) des produits chimiques dangereux contrôlés par le SIMDUT.
- Versez toujours l'eau de Javel dans l'eau, jamais le contraire.
- Ne mélangez jamais l'eau de Javel à d'autres produits chimiques comme les nettoyeurs pour verre, le vinaigre (acide acétique) ou d'autres acides, ou à des produits contenant de l'ammoniac, car ce mélange peut créer des vapeurs mortelles.
- Vérifiez que la pièce où vous mélangez et utilisez de l'eau de Javel est bien ventilée, puisque les vapeurs d'eau de Javel peuvent causer des problèmes respiratoires si elles sont inhalées. Ouvrez les fenêtres ou allumez les ventilateurs d'extraction.
- L'eau de Javel est corrosive pour la peau et les yeux :
 - Portez un équipement de protection individuelle composé de gants en caoutchouc et de lunettes de protection.



- Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon après avoir manipulé de l'eau de Javel ou de l'eau de Javel diluée.
- N'utilisez pas d'eau de Javel ou d'eau de Javel diluée pour désinfecter la peau.
- Conservez l'eau de Javel hors de la vue et de la portée des enfants, car elle est dangereuse si ingérée (avalée).
- Pensez à tester une petite zone avant de nettoyer toute une surface, car l'eau de Javel peut endommager ou décolorer certaines surfaces.

Consultez [CCHST - Utilisation de l'eau de Javel \(au chlore\) domestique](#) pour plus de conseils de sécurité.

Quelles précautions doit-on prendre lorsqu'on utilise des produits de nettoyage et de désinfection?

De nombreux produits de nettoyage et de désinfection présentent des risques pour la santé et la sécurité. L'employeur est tenu de fournir aux employés de l'information et de la formation sur les produits chimiques dangereux qu'ils utiliseront. Lisez toujours les étiquettes de mise en garde sur les contenants de produits d'entretien ménager. Consultez les fiches de données de sécurité (FDS) des produits chimiques dangereux régis par le Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT).

Suivez les mesures de sécurité concernant :

- la ventilation (portes et fenêtres ouvertes, augmentation de la prise d'air frais par le système de CVC);
- l'entreposage et la manipulation, notamment lorsque différents produits chimiques ne doivent pas être entreposés ensemble;
- la protection contre les sources de combustion (étincelles, chaleur élevée, flammes nues);
- les interventions d'urgence (déversements, incendies, premiers soins);
- l'équipement de protection individuelle (EPI) tel que :
 - la protection oculaire (lunettes de protection, écran facial);
 - la protection de la peau (gants, manches longues, tablier);
 - la protection respiratoire (masques, respirateurs);
 - les chaussures (bottes, semelles antidérapantes ou résistantes aux produits chimiques);
- toutes les autres mesures de sécurité énumérées.

Consultez les liens suivants pour obtenir de plus amples renseignements sur le travail en toute sécurité avec des produits chimiques :

[CCHST - Dangers chimiques](#)

[CCHST - Effets des produits chimiques sur le corps](#)

[CCHST - SIMDUT/SGH/FS](#)

[CCHST - Conception d'un programme d'ÉPI efficace](#)

Comment doit-on nettoyer et désinfecter les surfaces pour prévenir la propagation de la COVID-19?

Nettoyer signifie enlever la saleté d'une surface, par exemple en l'essuyant avec un chiffon humide ou en la frottant avec de l'eau et du savon.

Désinfecter signifie appliquer, sur une surface, un produit chimique qui peut tuer les agents infectieux, comme les bactéries et les virus.

- Lorsque vous effectuez des tâches de nettoyage et de désinfection, utilisez des linges jetables ou des linges réutilisables réservés à ces tâches.
- Changez les linges tous les jours ou lorsqu'ils deviennent visiblement sales.
- Nettoyez les surfaces sales avant d'y appliquer un produit désinfectant, car la saleté réduit l'efficacité du désinfectant.
- Saturer un chiffon propre de désinfectant.
- Réappliquez du désinfectant sur le chiffon au besoin et au moment de changer de surface.
- Appliquez suffisamment de désinfectant pour que l'application laisse un film visible sur la surface.
- Laissez la surface mouillée sécher à l'air ou essuyez la solution après que le temps de contact requis est écoulé; les désinfectants ont besoin d'un temps de contact minimum pour désinfecter efficacement une surface.



Consultez ces liens pour en savoir plus sur le nettoyage et la désinfection :

[ASPC – COVID-19 : Nettoyage et désinfection](#)

[Organisation mondiale de la santé – Coronavirus disease \(COVID-19\): Cleaning and disinfecting surfaces in non-health care settings \(en anglais seulement\)](#)

[CCHST – Hygiène et prévention des infections pour le personnel des services de nettoyage](#)

[CCHST – Procédure opérationnelle normalisée : désinfection des surfaces fréquemment touchées](#)

Comment dois-je manipuler le matériel de nettoyage utilisé?

Le matériel de nettoyage utilisé, comme les chiffons, les linges, les éponges et les essuie-tout, peut être dangereux. Il peut encore contenir des produits de nettoyage et peut aussi avoir recueilli des particules de SRAS-CoV-2 (responsable de la COVID-19) des surfaces et des articles essuyés.

Soyez conscient des risques de contamination croisée par le coronavirus lorsque vous manipulez, jetez, entreposez ou lavez du matériel de nettoyage utilisé. [Les pratiques courantes](#) sont un ensemble de stratégies et de normes de lutte contre les infections, conçues pour protéger les travailleurs contre l'exposition à des sources potentielles de maladies infectieuses.

Suivez également les précautions en matière de santé et de sécurité indiquées sur l'étiquette d'avertissement du contenant ou les [fiches de données de sécurité \(FDS\)](#) du produit chimique. Par exemple, certains produits à base d'alcool pouvant être inflammables, il ne faut pas exposer le matériel ayant servi à appliquer le produit à des sources d'étincelles, de chaleur élevée ou de flammes nues.

En ce qui concerne le matériel à usage unique, comme les essuie-tout et les gants, jetez-le dans un conteneur à déchets muni d'un couvercle. Ne le mélangez pas avec d'autres types de déchets ou avec les produits à recycler.

En ce qui concerne le matériel de nettoyage réutilisable, comme les éponges et les chiffons, recueillez-le dans un contenant qui y est réservé et est également désinfecté fréquemment. Lavez le matériel utilisé à l'eau chaude avec un détergent, puis séchez-le complètement avant de le réutiliser.

Quelle est la différence entre les respirateurs N95, les masques chirurgicaux ou médicaux et les masques non médicaux?

Chaque type de masque est conçu pour un usage particulier.

Les **respirateurs** comme les N95 offrent une protection contre l'exposition aux particules en suspension dans l'air pourvu qu'ils soient ajustés et portés correctement. Ils constituent aussi une barrière contre la diffusion des gouttelettes de salive. Ces respirateurs sont réglementés par le gouvernement et doivent respecter des critères d'essai et de contrôle de fabrication précis. Les normes applicables doivent figurer sur l'étiquette de l'emballage ou le respirateur.

Consultez votre [organisme de réglementation fédéral, provincial ou territorial en matière de santé et sécurité au travail \(SST\)](#) et les règlements connexes applicables si votre lieu de travail, vos activités professionnelles et votre exposition aux risques exigent le port de ces respirateurs. Dans un tel cas, il faut réaliser un test d'ajustement sur l'utilisateur et fournir à celui-ci une formation sur les procédures d'ajustement, d'utilisation, d'inspection et d'entretien du respirateur.

Les **masques chirurgicaux ou médicaux** agissent comme une barrière à la propagation des gouttelettes de salive que projettent les personnes qui le portent lorsqu'elles respirent, parlent, crient, chantent, éternuent ou toussent. Contrairement aux respirateurs N95, ils ne sont pas spécialement conçus pour filtrer les particules et les aérosols présents dans l'environnement.

Ces masques sont réglementés par le gouvernement et doivent respecter des critères d'essai et de contrôle de fabrication précis. Les normes applicables doivent figurer sur l'étiquette de l'emballage.

Les masques chirurgicaux ou médicaux sont surtout utilisés dans les établissements de soins de santé, mais ils sont aussi en vente dans de nombreux magasins. Ils sont habituellement faits d'un tissu plissé léger, coloré sur la face externe (p. ex. bleu, jaune ou rose) et de couleur blanche sur la face interne. Ils sont également munis d'un pince-nez en métal et de boucles latérales. Ces masques sont généralement à usage unique et doivent être remplacés et jetés lorsqu'ils deviennent humides ou sales.

Les **masques non médicaux** limitent la propagation des gouttelettes de salive que projettent les personnes qui le portent lorsqu'elles respirent, parlent, crient, chantent, éternuent ou toussent. Ils sont surtout utilisés dans la collectivité et en milieu de travail en combinaison avec d'autres [mesures préventives individuelles](#) (p. ex. l'éloignement physique, l'hygiène des mains) pour aider à prévenir la propagation des virus. Actuellement, au Canada, ces masques ne font l'objet d'aucune réglementation et ne sont soumis à aucun test. Toutefois, ils aident à vous protéger et à protéger les autres contre la COVID-19 lorsqu'ils sont de bonne qualité et qu'ils sont ajustés, portés, manipulés et entretenus correctement.



Portez un masque non médical lorsque :

- votre employeur ou votre autorité de santé publique locale vous y oblige;
- vous êtes dans un endroit bondé ou dans un espace clos et mal ventilé;
- vous êtes dans un endroit public où vous pourriez être en contact étroit avec d'autres personnes;
- vous interagissez avec des personnes qui ne font pas partie de votre ménage.

En ce qui concerne les masques non médicaux en tissu, que vous les achetiez ou les fabriquiez, la conception et les matières peuvent influencer sur leur efficacité à limiter la propagation des gouttelettes de salive. L'ASPC recommande le port de masques à trois couches.

Les couches intérieure et extérieure doivent être faites de tissu tissé serré, comme le coton ou le lin, et la couche centrale doit être faite d'un tissu filtrant, comme le polypropylène non tissé. Si vous ne pouvez pas vous procurer de masque à trois couches, songez à superposer des masques à une seule couche.

Le masque doit être bien ajusté sur votre nez, votre bouche et votre menton; un masque trop ample avec des ouvertures sera moins efficace. Assurez-vous de la bonne fixation des boucles latérales ou des sangles serre-tête.

Les masques réutilisables en tissu doivent être lavés à l'eau chaude savonneuse et séchés après chaque utilisation et lorsqu'ils deviennent humides ou sales. Les masques endommagés seront moins efficaces et doivent être jetés.

MISES EN GARDE

- Des cas de vente de respirateurs contrefaits qui ne fournissent pas une protection suffisante ont été rapportés. Faites vos achats exclusivement auprès de fournisseurs et de fabricants dignes de confiance et vérifiez l'authenticité du numéro d'approbation du NIOSH (pour les N95). Pour en savoir plus, accédez à la page [gouvernement du Canada - Les respirateurs N95 frauduleux et non autorisés peuvent ne pas protéger les consommateurs contre la COVID-19](#).
- Certains masques non médicaux à usage unique ressemblent à des respirateurs ou à des masques médicaux. Toutefois, les étiquettes de leur emballage ne porteront aucune indication sur les normes réglementaires et les procédures d'essai applicables.
- Les masques avec soupapes d'expiration permettent à l'air expiré et aux gouttelettes de salive de se propager à l'extérieur du masque. Donc, comme ces masques ne protègent pas les autres, leur port n'est pas recommandé.
- Les cache-cou, les bandanas et les foulards n'offrent pas une protection suffisante.

Consultez les liens suivants pour en savoir plus sur les respirateurs, les masques chirurgicaux ou médicaux et les masques non médicaux.

Agence de la santé publique du Canada (ASPC)

[Masques médicaux et respirateurs utilisés pour la lutte contre la COVID 19 - Aperçu](#)

[Masques médicaux et respirateurs utilisés pour la lutte contre la COVID-19 : Renseignements pour les professionnels de la santé](#)

[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Conseils aux collectivités](#)

[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Comment choisir, utiliser et entretenir un masque](#)

[Utilisation du masque contre la COVID-19 : Comment mettre, enlever et nettoyer un masque](#)

Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST) :

[Obtiens les faits sur les masques](#)

[Vidéo : Comment choisir un masque](#)

[Vidéo : Comment bien porter un masque](#)

[Vidéo : Comment prendre soin d'un masque](#)

[Respirateurs, masques chirurgicaux et masques non médicaux](#)

[Appareils respiratoires - Les appareils de protection respiratoire par rapport aux masques chirurgicaux et aux masques non médicaux](#)

[Appareils respiratoires - Choix](#)

[Appareils respiratoires - Entretien](#)



[Appareils respiratoires – Port de l'appareil](#)

[Protection des voies respiratoires contre les agents infectieux aéroportés pour les travailleurs de la santé](#)

Si vous êtes en crise ou si vous connaissez quelqu'un en crise, communiquez avec votre centre hospitalier local, composez le 911 immédiatement ou communiquez avec un [centre d'appels d'urgence de votre région](#).



Il est important de prévoir des ressources et des mesures de soutien en santé mentale pour tous les travailleurs, y compris l'accès à un programme d'aide aux employés, le cas échéant.

Pour en savoir plus sur la COVID-19, consultez le site de l' [Agence de la santé publique du Canada](#).

Il convient de noter que la présente fiche de conseils n'aborde que certains changements pouvant être faits par les organisations au cours d'une pandémie. Adaptez la présente liste en ajoutant vos propres pratiques et politiques exemplaires pour répondre aux besoins particuliers de votre organisation.

Avis de non-responsabilité : Comme les renseignements sur la santé et la sécurité au travail sont appelés à changer rapidement, il est recommandé de consulter les autorités locales de santé publique pour obtenir des directives régionales précises. Ces renseignements ne remplacent pas les avis médicaux ou les obligations prévues par la loi en matière de santé et de sécurité. Bien que tous les efforts soient faits pour assurer que les renseignements sont exacts, complets et à jour, le CCHST n'offre aucune garantie et ne s'engage aucunement à cet effet. Le CCHST ne saurait être tenu responsable de toute perte, réclamation ou revendication pouvant résulter, directement ou indirectement, de l'utilisation de ces renseignements ou des conséquences de leur utilisation.