



## 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 œuvre de multiples [pratiques de prévention personnelles](#) selon une approche combinée, notamment :

- Respecter le plus grand éloignement physique possible (au moins 2 mètres).
- Porter un masque non médical 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.

[Alerte COVID](#) est l'application gratuite du gouvernement du Canada qui alerte ses usagers en cas d'exposition à la COVID-19, et ce, avant même qu'ils ne ressentent des symptômes de la maladie.

## 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 :

Le **respirateur** de type N95 protège la personne qui le porte, lorsqu'ajusté et porté correctement, contre l'exposition aux particules en suspension dans l'air et contre les aérosols dans l'environnement. Il aide aussi à bloquer les gouttelettes de salive émises par la respiration. Les masques respiratoires sont réglementés par le gouvernement et doivent respecter des critères d'essai et de contrôle de fabrication précis.

Les masques N95 de qualité médicale et commerciale se trouvent parfois en quantité limitée puisque les travailleurs de première ligne en ont grandement besoin. Des masques KN95 sont en vente sur le marché. Les masques N95 (norme américaine) et les masques KN95 (norme chinoise) ont des normes de conception, de filtration, de performance et de matériaux similaires. [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 l'[organisme de réglementation dont vous dépendez en matière de SST](#) pour savoir si ces masques peuvent être utilisés dans votre milieu de travail.

Sachez que des masques filtrants contrefaits qui ne fournissent pas une protection suffisante se trouvent sur le marché. Veillez à n'acheter qu'auprès de fournisseurs et de fabricants dignes de confiance et vérifiez que le numéro d'approbation du NIOSH (pour les N95) est légitime. Pour en savoir plus, consultez [l'avis du gouvernement du Canada : Les respirateurs N95 frauduleux et non autorisés peuvent ne pas protéger les consommateurs contre la COVID-19](#).

REMARQUE : Les masques munis d'une valve sont inefficaces pour protéger les autres et ne sont pas recommandés, car ils permettent à l'air expiré et aux gouttelettes de salive émises par la respiration de s'échapper du masque.

**Le masque médical ou chirurgical** agit comme une barrière à la propagation des gouttelettes de salive émises lorsque la personne qui le porte respire, parle, crie, chante, éternue ou tousse. Les masques médicaux et chirurgicaux sont réglementés par le gouvernement et doivent réussir des essais et des contrôles de fabrication précis. Contrairement aux masques N95, ils ne sont pas spécialement conçus pour filtrer les particules et les aérosols présents dans l'environnement. Les masques médicaux et chirurgicaux sont surtout utilisés dans les établissements de soins de santé, mais ils peuvent également être achetés dans de nombreux magasins. Ils sont habituellement faits d'un tissu plissé léger, coloré sur la surface externe (p. ex., bleu, jaune ou rose) et de couleur blanche sur la surface 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 le masque non médical en tissu, que vous l'achetiez ou le fabriquiez, les matières et la conception peuvent influencer sur l'efficacité du masque à limiter la propagation des gouttelettes provenant des voies respiratoires. L'ASPC recommande de porter des masques à trois couches. Les couches intérieure et extérieure doivent être faites de tissu tissé serré, comme le coton ou le lin; la troisième couche (centrale) doit être faite d'un tissu filtrant, comme le polypropylène non tissé. Si vous ne pouvez pas vous procurer des masques 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.

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

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

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



[ASPC – Masques non médicaux : A propos](#)

[ASPC – COVID-19 : Utilisation sûre d'un masque non médical ou d'un couvre-visage](#)

[ASPC – Masques non médicaux : Comment mettre, enlever et nettoyer](#)

[Organisation mondiale de la santé \(OMS\) : Coronavirus disease \(COVID-19\) : Masks \(en anglais seulement\)](#)

[CCHST – Obtiens les faits sur les masques](#)

[CCHST – Vidéo : Comment choisir un masque](#)

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

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

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

[CCHST – Appareils respiratoires – Choix](#)

[CCHST – Appareils respiratoires – Entretien](#)

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

[CCHST – 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?**

Les masques N95 de qualité médicale et commerciale sont actuellement en pénurie à l'échelle mondiale, et les stocks actuels sont réservés au domaine médical et aux services de première ligne. Si vous utilisez normalement des masques N95 pour la protection contre les particules fines sur votre lieu de travail, il est possible d'utiliser un autre type de masque filtrant, 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 masques 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 pour l'Europe, l'Australie, le 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.

Veillez toujours vérifier l'interprétation juridique et confirmer auprès de l'[organisme de réglementation dont vous dépendez en matière de SST](#) que les masques filtrants qui répondent à une norme d'essai semblable à ceux que vous utilisiez peuvent être utilisés en toute sécurité dans votre secteur de travail, pour le type de travail que vous effectuez.

## **Dois-je porter un masque non médical au travail?**

Le port d'un masque non médical peut être exigé par l'autorité gouvernementale ou sanitaire locale en fonction du taux local d'infection et d'autres facteurs.

Conformément aux lois en matière de santé et de sécurité au travail, il incombe à l'employeur de prendre toutes les précautions raisonnables nécessaires pour protéger la santé et la sécurité des employés. Cette responsabilité peut nécessiter d'obliger les travailleurs à porter un masque non médical dans le milieu de travail en plus d'avoir recours aux autres [pratiques personnelles de prévention](#) de la COVID-19, comme l'éloignement physique et l'hygiène fréquente des mains.

Il incombe également aux travailleurs d'utiliser l'équipement de protection individuelle (comme les masques filtrants) et tout autre équipement de sécurité requis par l'employeur pour protéger leur santé et leur sécurité. Bien que les masques non médicaux ne soient pas considérés comme de l'EPI (ils ne sont pas réglementés ni mis à l'essai par le gouvernement), ils peuvent aider à prévenir la propagation de la COVID-19 lorsqu'ils sont de bonne qualité et ajustés, portés, manipulés et entretenus correctement.

L'employeur devrait effectuer une évaluation des risques avec le comité ou le représentant de santé et de sécurité pour déterminer si le port de masques non médicaux est nécessaire et qu'il 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, l'employeur et le travailleur doivent travailler ensemble pour trouver une mesure d'adaptation raisonnable.

## **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 publié des directives sur le port des [masques non médicaux](#) dans la collectivité et au travail, y compris des renseignements sur les [considérations de sécurité](#) et sur les



[personnes qui ne peuvent pas porter de masque](#). Si un travailleur a des problèmes de santé liés au port du masque, il devrait consulter un professionnel de la santé et en discuter avec son employeur.

Certaines publications ayant circulé sur les médias sociaux allèguent que le port du masque cause un manque d'oxygène ou une intoxication au dioxyde de carbone. Cette allégation **FAUSSE** a été démentie par le service « [En finir avec les idées reçues](#) » de l'[Organisation mondiale de la santé \(OMS\)](#). Bien que l'air à l'intérieur du masque paraisse chaud et humide, les concentrations d'oxygène et de dioxyde de carbone ne s'en trouvent pas affectées. Renseignez vous sur la [vérification des faits relativement à l'information sur la COVID-19](#).

Les travailleurs qui exécutent des tâches exigeantes 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). »

Les employeurs devraient mettre en place un [programme de contrôle du stress thermique](#) pour évaluer et gérer le risque de stress thermique. Par exemple, les travailleurs pourraient avoir besoin de faire des pauses ou de boire de l'eau particulièrement souvent par temps chaud. Les autorités canadiennes en matière de santé et de sécurité au travail appliquent les valeurs limites d'exposition aux températures élevées recommandées par la Conférence américaine des hygiénistes industriels gouvernementaux ([ACGIH](#)). Remarque : dans certains textes de loi sur la santé et la sécurité, les valeurs limites d'exposition sont appelées « valeurs limites professionnelles ».

L'ACGIH a établi des directives\* pour calculer l'exposition au stress thermique en unités WBGT (indice de température au thermomètre globe mouillé) de degrés Celsius (°C). Les formules de calcul comprennent un facteur de correction en fonction des vêtements portés, qui peuvent ajouter jusqu'à 11 °C à la valeur finale.

Bien que les vêtements de travail lourds ou tissés serrés puissent accroître la charge thermique des travailleurs, des études ont révélé que les masques et les couvre visages avaient un effet minime sur la dissipation de la chaleur par l'ensemble du corps. Toutefois, la peau du visage comporte un grand nombre de nerfs et de récepteurs thermiques : il est donc possible que les travailleurs ressentent une augmentation de la charge thermique en raison de l'absence d'évacuation de chaleur au niveau du visage.

L'ACGIH ne recommande aucun ajustement en fonction des couvre visages et n'a établi aucun facteur de correction en fonction des masques faciaux. Cela dit, chaque lieu de travail est unique, et les employeurs peuvent juger opportun d'appliquer un facteur de correction en fonction des vêtements portés. Il est recommandé aux employeurs de consulter leur comité de santé et de sécurité au travail ou son représentant, ainsi que l'[organisme responsable de la réglementation en matière de SST de leur province ou territoire](#).

\* Veuillez consulter les publications de l'ACGIH intitulées « TLVs® and BEIs® » et « Documentation of TLVs® and BEIs® » pour obtenir des détails techniques.

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 utiles pour protéger les yeux, ajouter une couche de protection supplémentaire contre les éclaboussures lorsque portés par-dessus un masque et permettent une pleine visibilité du visage des personnes qui les portent. Les écrans faciaux n'offrent pas une protection équivalente à celle des masques filtrants, des masques médicaux et chirurgicaux ou des masques non médicaux. Les grands espaces sur les côtés et au bas de l'écran facial permettent aux gouttelettes de salive émises par la respiration de se propager sans être arrêtées. L'écran facial ne protège pas non plus la personne qui le porte contre l'inhalation potentielle de gouttelettes de salive infectieuses exhalées par d'autres personnes.

Consultez [CCHST - COVID-19 : Utilisation d'un écran facial](#) pour en savoir plus.

## **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 travail effectué.

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

Voici certaines situations dans lesquelles l'EPI devrait être porté pour se protéger contre la COVID-19 :

- Lorsque les instructions de travail sécuritaire ou la fiche de données de sécurité (FDS) associées à un produit





chimique recommandent de porter des gants et tout autre EPI approprié lors du nettoyage et de la désinfection d'un environnement, de surfaces ou d'objets fréquemment touchés.

- Lorsqu'il faut nettoyer du sang ou des liquides corporels : il faut porter des gants jetables.
- Lorsqu'une personne présente des symptômes au travail : elle doit porter un masque médical (chirurgical) si disponible. En l'absence de masques médicaux, elle doit porter un masque non médical de bonne qualité et bien ajusté (si ce n'est pas déjà fait).
- Lorsque cela est recommandé ou exigé par l'autorité de santé publique locale.

Dans un endroit public, le port du masque non médical peut être recommandé ou exigé. Il est important de noter que les masques non médicaux ne sont pas considérés comme de « l'EPI », car ils ne sont pas réglementés ni mis à l'essai.

Dans tous les milieux de travail, l'EPI devrait continuer d'être utilisé pour éviter les dangers et les urgences en matière de sécurité au travail (autres que la COVID-19), conformément aux directives de votre employeur et aux lois applicables.

La loi n'est pas toujours claire au sujet de [qui paie l'EPI](#). Cela dépend de l'administration responsable et, dans certains cas, cela dépend du type d'EPI requis. Pour obtenir de plus amples renseignements sur la législation en matière de SST et sur l'obligation de fournir de l'EPI, vérifiez directement auprès de l'[organisme de réglementation dont vous dépendez en matière de SST](#) pour connaître l'interprétation juridique exacte.

Consultez ces liens pour en savoir plus sur l'EPI :

[ASPC - Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Documents d'orientation](#)

(Ces documents sur la prévention des infections, disponibles pour divers secteurs, comprennent des lignes directrices sur l'EPI contre la COVID-19)

[Organisation mondiale de la santé \(OMS\) - Personal protective equipment for COVID-19 \(en anglais seulement\)](#)

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

[CCHST - Équipements de protection individuelle](#)

[CCHST - 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, nettoyants 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](mailto: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 [CCHSTS - 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.

**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](#).

**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.