

## **Communication du Conseil des médecins hygiénistes en chef : Port de masques non médicaux (et autres couvre-visages) par le grand public**

Les lignes directrices canadiennes en matière de santé publique relatives à la COVID-19 changent au fur et à mesure de l'évolution rapide des données probantes et de notre compréhension de la COVID-19. Nous examinons sans cesse les données probantes dès qu'elles sont produites et collaborons avec nos partenaires nationaux et internationaux pour en apprendre davantage.

Maintenant que de plus en plus de pays ont eu un grand nombre de cas et ont analysé les modèles de transmission, des études récentes montrent que la transmission du virus peut se produire chez les personnes infectées, avant qu'elles ne développent des symptômes. C'est ce que nous appelons la *transmission* présymptomatique.

Il y a aussi des preuves que certaines personnes infectées qui ne développent jamais de symptômes sont aussi capables de transmettre le virus. C'est ce que nous appelons la *transmission asymptomatique*. Nous ne savons pas dans quelle mesure la transmission présymptomatique et asymptomatique joue un rôle dans cette épidémie à l'heure actuelle, mais nous savons qu'elle se produit chez ceux qui sont en contact étroit avec des personnes infectées ou dans des milieux physiques rapprochés.

Les principaux vecteurs de la pandémie mondiale de COVID-19 sont les individus qui présentent des symptômes visibles, puisque la toux et les gouttelettes respiratoires sont les principaux modes de propagation du virus. Cependant, comme l'existence de la transmission asymptomatique est désormais prouvée, il est important que tout le monde, même ceux qui ne se sentent pas malades, applique les méthodes éprouvées pour prévenir la transmission.

Pour prévenir la transmission du COVID-19, voici ce que nous savons et qui a été prouvé :

- le fait de rester le plus possible à la maison;
- l'éloignement physique;
- se laver les mains;
- la protection des personnes les plus vulnérables contre l'infection et la limitation de leur exposition aux autres personnes;
- le fait de tousser dans un mouchoir ou dans sa manche.

Il est primordial de maintenir ces mesures.

Les travailleurs de la santé ont besoin des masques médicaux, qui comprennent les masques chirurgicaux, les masques de procédure et les masques respiratoires comme les masques N95. Il est extrêmement important que ces masques soient réservés aux travailleurs de la santé, qui en ont urgemment besoin pour réaliser des interventions médicales et soigner les personnes qui ont la COVID-19.

Rien ne prouve que le port d'un masque non médical (p. ex. un masque en tissu artisanal) dans la communauté protège la personne qui le porte. Toutefois, porter un masque non médical est une mesure supplémentaire que vous pouvez prendre pour protéger les personnes qui vous entourent.

Le port d'un masque non médical est une autre façon de vous couvrir la bouche et le nez afin d'éviter que vos gouttelettes respiratoires ne contaminent les autres ou n'atterrissent sur des

surfaces. Tout comme le fait de couvrir votre bouche avec un mouchoir ou votre manche lorsque vous toussiez, un masque en tissu ou un couvre-visage peut réduire le risque que d'autres personnes soient exposées à vos gouttelettes respiratoires.

Pendant de courtes périodes, lorsque l'éloignement physique n'est pas possible dans un contexte public (p. ex. à l'épicerie et dans des lieux publics comme les transports en commun), le port d'un masque non médical est une façon de protéger ceux qui vous entourent.

Il ne faut pas placer de masques non médicaux ou de couvre-visages sur les jeunes enfants de moins de deux ans, sur quiconque a de la difficulté à respirer ou est inconscient, inapte ou incapable de retirer le masque sans aide.

Notre objectif étant de freiner la propagation de la COVID-19 par tous les moyens possibles, nous estimons, au vu des nouvelles informations sur la transmission présymptomatique et asymptomatique, que le port d'un masque non médical – même en l'absence de symptômes – est une mesure supplémentaire que vous pouvez prendre pour contribuer à protéger les personnes qui vous entourent.

Par ailleurs, si le port d'un masque non médical vous sécurise et vous empêche de vous toucher le nez et la bouche, c'est également une bonne chose. Rappelez-vous de ne pas toucher ou frotter vos yeux, car les yeux sont aussi une voie d'infection.

Le port d'un masque non médical en public ou dans d'autres contextes ne signifie pas que vous pouvez renoncer aux mesures de prévention éprouvées, comme le lavage des mains et l'éloignement physique.

Il est important que les Canadiens comprennent bien les avantages et les limites du masque; s'ils choisissent de porter un masque non médical, ils doivent l'utiliser avec précaution. Le site Web [Canada.ca/coronavirus](https://Canada.ca/coronavirus) est mis à jour régulièrement et contient des renseignements sur les mesures à adopter, comme le lavage des mains au moment de mettre le masque ou de l'enlever. On y trouve également des renseignements sur la façon de laver les masques en tissu ou d'éliminer en toute sécurité d'autres masques non médicaux (comme les masques anti-poussière).

Si vous choisissez d'utiliser un masque non médical, vous devez l'ajuster correctement pour qu'il soit bien collé contre votre visage (sans ouverture sur les côtés). Il faut également savoir que les masques peuvent devenir contaminés à l'extérieur ou lorsqu'on les manipule. Évitez de le déplacer ou de l'ajuster souvent. Évitez aussi de le partager avec d'autres personnes.

En fin de compte, les masques médicaux doivent être préservés pour les travailleurs de la santé.

N'oubliez pas que les masques non médicaux n'empêcheront pas la propagation de la COVID-19 si les consignes d'hygiène et de santé publique, dont le lavage fréquent des mains et l'éloignement physique, ne sont pas suivies à la lettre et en tout temps. Le port d'un masque non médical dans la collectivité ne signifie pas que vous pouvez renoncer aux mesures de santé publique qui ont fait leurs preuves et qui contribuent efficacement à vous protéger. Aucun masque ne pourra remplacer l'éloignement physique. Nous tenons à souligner que toutes les recommandations concernant le fait de rester à la maison, la distanciation physique et l'hygiène

des mains sont fondées sur ce que nous savons qui fonctionnera le mieux pour vous protéger, vous et votre famille, contre la maladie.