



Camionnage local et provincial

Mesures de prévention de la COVID-19 en milieu
de travail – Recommandations intérimaires



Pour des milieux de travail en santé
Réseau de santé publique
en santé au travail

Dernière mise à jour **le 25 juin 2020** : modifications apportées **en jaune**.

Ces mesures s'appliquent lorsque la transmission communautaire est confirmée par les autorités de santé publique. Selon les connaissances actuelles, il est connu que la maladie peut être transmise par des personnes asymptomatiques, porteuses de la maladie. Par conséquent, des mesures préventives sont recommandées en tout temps.

Toute reprise des services non essentiels doit être effectuée de sorte que la transmission de la COVID-19 soit contrôlée. Afin d'éviter une reprise de la transmission, plusieurs conditions décrites [ici](#) doivent être respectées.

Les mesures de prévention recommandées par le gouvernement pour la population générale et les [recommandations de base pour tous les milieux de travail](#) s'appliquent, à moins que des mesures plus restrictives ne soient précisées.

Une attention particulière doit être accordée aux travailleuses enceintes et aux travailleurs avec des conditions de santé particulières. Vous référer aux recommandations suivantes :

[Travailleuses enceintes ou allaitantes](#)

[Travailleurs immunosupprimés](#)

[Travailleurs avec des maladies chroniques sévères](#)

Triage des travailleurs symptomatiques

- ▶ Aviser les travailleurs de ne pas se présenter au travail s'ils présentent des symptômes associés à la COVID-19 (voir encadré ci-dessous). Un questionnaire sur les symptômes peut être passé avant la prise de camion.
- ▶ La prise de température effectuée de manière systématique avant l'entrée au travail n'est pas recommandée. Si elle est prise, cette mesure doit être utilisée avec circonspection et en toute connaissance des limites de détection des cas de COVID-19, pour entre autres les raisons suivantes :
 - ▶ Ce ne sont pas tous les cas de COVID-19 qui présentent de la fièvre;
 - ▶ La fièvre fluctue grandement dans la journée, risque de faux négatifs;
 - ▶ La prise de médicaments contre la fièvre (ex. : acétaminophène, ibuprofène) ou la consommation de boissons froides ou chaudes peut fausser les résultats;



- ▶ Certains appareils de prise de température peuvent présenter une marge d'erreur significative, comme les appareils sans contact.
- ▶ Par ailleurs, il est nécessaire de former et de protéger adéquatement (gants, masque de procédure et protection oculaire) le personnel qui prend la température.
- ▶ Il est aussi nécessaire d'aviser la clientèle de ne pas accéder aux espaces du milieu de travail s'il y a présence de symptômes.
- ▶ Si un chauffeur commence à ressentir des symptômes sur la route :
 - ▶ Prévoir une procédure précise d'isolement adéquate pour des travailleurs dont les symptômes débuteraient durant le travail, jusqu'à ce qu'ils puissent s'isoler à la maison;
 - ▶ Appeler le 1 877 644-4545 pour obtenir des consignes;
 - ▶ La personne symptomatique devra consulter le [Guide autosoins](#) pour plus de détails. Laisser une copie du guide papier dans le local d'isolement.
- ▶ Les travailleurs ayant été en contact avec la personne symptomatique doivent procéder à une autosurveillance de leurs symptômes en attendant les consignes de la santé publique et appeler le 1 877 644-4545 s'ils développent des symptômes.

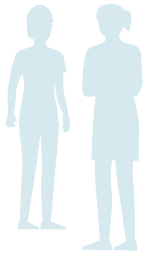
Symptômes de COVID-19

Si vous avez les symptômes suivants, appeler le 1 877 644-4545 :

1 symptôme parmi ceux-ci	OU	2 symptômes parmi ceux-ci
Apparition ou aggravation d'une toux		Un symptôme général (douleurs musculaires, mal de tête, fatigue intense ou perte importante de l'appétit)
Fièvre (température de 38 °C et plus, par la bouche)		Mal de gorge
Difficulté respiratoire		Diarrhée
Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale, avec ou sans perte du goût		

Hygiène des mains

- ▶ Faire la promotion et appliquer l'hygiène des mains en mettant à la disposition des travailleurs le matériel nécessaire (eau courante, savon, solutions hydroalcooliques, poubelles sans contact, serviettes ou papiers jetables, etc.).
- ▶ Se laver souvent les mains avec de l'eau tiède et du savon pendant au moins 20 secondes.
- ▶ Utiliser une solution hydroalcoolique (au moins 60 % d'alcool) pendant au moins 20 secondes s'il n'y a pas d'accès à de l'eau et à du savon; tous les travailleurs devraient minimalement pouvoir se laver les mains à l'arrivée et au départ du travail, après avoir touché des surfaces fréquemment touchées (poignées de porte, rampes d'escalier, manches de transpalettes, etc.), avant et après les pauses et les repas, lors du passage aux toilettes, à l'entrée et à la sortie des ascenseurs.
- ▶ Voir l'information de [Santé Canada](#).



- ▶ Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains ou des gants.
- ▶ De façon générale, le port de gants pour prévenir la transmission de la COVID-19 n'est pas recommandé sauf avis contraire, car il risque d'entraîner un faux sentiment de sécurité. Les gants peuvent se contaminer et ainsi, contaminer la personne qui se touche le visage ou contaminer les différentes surfaces touchées.

Étiquette respiratoire

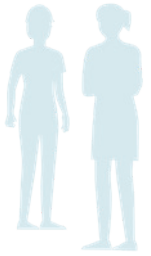
- ▶ Respecter et faire la promotion de l'étiquette respiratoire : tousser dans son coude replié, ou dans un mouchoir et se moucher dans un mouchoir que l'on jette immédiatement dans une poubelle fermée après utilisation, puis se laver les mains dès que possible.

Distanciation physique et minimisation des contacts

Plus il y a de contacts entre différentes personnes, plus les risques sont élevés qu'un de ces contacts soient avec une personne contagieuse et donc, plus les risques de transmission de la COVID-19 sont importants. Ainsi, la minimisation du nombre, de la fréquence et de la durée des contacts, ainsi que le respect de la **distanciation physique minimale de deux mètres en tout temps** entre toutes les personnes sont les plus efficaces et doivent être priorisées :

- ▶ Réduire les activités à celles jugées essentielles.
- ▶ Maintenir le nombre de chauffeurs en circulation au minimum absolument requis.
- ▶ Limiter le nombre de personnes dans la cabine et privilégier de petites équipes stables sur des semaines, voire des mois, pour éviter la multiplication des interactions :
 - ▶ Toujours garder les mêmes groupes de travailleurs pour le travail en équipe – garder le moins de travailleurs possible dans ces groupes;
 - ▶ Conserver les mêmes travailleurs aux mêmes postes de travail autant que possible et s'assurer **d'affecter les travailleurs à un seul camion.**
- ▶ Éviter les contacts directs (poignées de mains, accolades).
- ▶ Réorganiser les activités de travail de manière à respecter la distance physique minimale de deux mètres entre les personnes :
 - ▶ Modifier les méthodes de travail :
 - ▶ Appliquer des mesures strictes de distanciation d'au moins deux mètres pour les chauffeurs avec les travailleurs des établissements où le chargement et le déchargement se font. Si un contact doit absolument se faire à moins de deux mètres, le limiter à moins 15 min;
 - ▶ Le chargement et le déchargement des remorques devraient idéalement être effectués par les établissements fournisseurs et clients.

À noter : croiser une personne sans contact, dans le corridor ou les escaliers, par exemple, représente un risque faible.



Travail à moins de deux mètres

Pour les contacts étroits (continus et inévitables) de deux travailleurs dans un véhicule

- ▶ Limiter le nombre de chauffeurs dans la cabine si possible et privilégier des équipes stables (éviter qu'il y ait plusieurs changements ou rotations de travailleurs dans les équipes de travail) afin de limiter la multiplication des interactions. Autant que possible, respecter la distance minimale de deux mètres.
- ▶ Dans le cas où il est impossible de respecter la distance minimale de deux mètres entre les travailleurs dans la cabine :
 - ▶ Privilégier des tandems stables pour éviter la multiplication des interactions, soit des duos de travailleurs qui travaillent continuellement ensemble pendant des semaines, voire des mois;
 - ▶ Conserver la même position, conducteur ou co-pilote, pour tout le quart de travail, autant que possible.
- ▶ Si des tandems stables ne sont pas possibles, porter un masque de procédure.
- ▶ Le port du **masque de procédure médical de qualité¹** pour tous les travailleurs présents dans la cabine est recommandé.

Porter une attention particulière aux situations suivantes

Dans le camion

- ▶ Privilégier le transport individuel autant que possible.
- ▶ Toujours assigner les mêmes travailleurs aux mêmes endroits pour chaque transport **autant que possible**.
- ▶ Retirer les objets non essentiels (ex. : revues, journaux, bibelots) du véhicule.
- ▶ Ne pas mettre la ventilation en mode recirculation à l'intérieur du véhicule, mais bien ventiler en ouvrant les fenêtres, lorsque possible.
- ▶ Doter les travailleurs d'une solution hydroalcoolique à au moins 60 % d'alcool ou de lingettes désinfectantes afin qu'ils puissent se nettoyer les mains lorsqu'il n'y a pas d'accès à l'eau et au savon.
- ▶ Nettoyer et désinfecter les surfaces régulièrement touchées du véhicule minimalement à chaque quart de travail et lors d'un changement de chauffeur ou de passager, en utilisant les produits nettoyants et désinfectants habituels (tableau de bord, volant, bras de transmission, poignées de portières intérieures et extérieures, miroir intérieur, etc.).

Pauses et repas

- ▶ **Éviter de se rendre dans des lieux de rassemblements (ex. : restaurants, « casse-croûte » ou « dîners » très fréquentés) et favoriser la livraison de repas ou les repas pour emporter si possible.**

¹ Idéalement, des masques avec tests de conformité (ASTM) doivent être privilégiés. Pour les détails sur les normes de qualité et pour les critères permettant d'aider l'employeur à choisir les bons masques en situation de pénuries réelles ou appréhendées : voir le [document du comité sur les infections nosocomiales du Québec](#) et le [document sur le choix des masques de procédure](#).



- ▶ Si les repas doivent être pris au restaurant, choisir une place où la distanciation de 2 mètres est possible et si la température le permet, privilégier les repas à l'extérieur. Pratiquer une hygiène des mains rigoureuse avant et après le repas.
- ▶ Donner des consignes strictes aux chauffeurs de ne pas se rendre dans des lieux fréquentés (éviter les rassemblements), des diners et favoriser la livraison de repas si possible.
- ▶ Veiller à ce que les mesures de distanciation physique soient appliquées lors des pauses et des périodes de repas (ex. : éviter les rassemblements).
- ▶ Ne pas partager de la nourriture et des objets (ex. : cigarettes, crayons, cellulaires, monnaie ou billets). En cas de partage d'objets, s'assurer qu'ils sont nettoyés entre les utilisateurs.
- ▶ Ne pas échanger tasses, verres, assiettes, ustensiles; laver la vaisselle à l'eau chaude avec du savon.

Hébergement sur la route

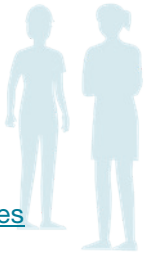
- ▶ Fournir des chambres d'hôtel séparées aux travailleurs pour les transports routiers de plusieurs jours.

Manipulation d'objets et signature de documents

- ▶ Il est recommandé de déterminer un protocole de manipulation sécuritaire des documents. Dans la mesure du possible, limiter au minimum les échanges de papiers (ex. : signature électronique des contrats ou des bons de livraison).
- ▶ Lorsque les documents papier sont requis :
 - ▶ Déposer les documents sur une surface propre pour transmettre et récupérer les documents en respectant la distance de 2 mètres entre les individus;
 - ▶ Ne pas partager de stylo avec les interlocuteurs, qui doivent utiliser leur propre stylo;
 - ▶ Prévoir des stylos à laisser aux clients au cas où ils n'en auraient pas pour la signature des papiers;
 - ▶ Nettoyer son stylo avec un linge humide et du savon doux au besoin ou avec des lingettes préimbibées, lorsque souillé;
 - ▶ Lors de la récupération des documents, les déposer dans une enveloppe et les transporter dans un porte-document. Informer le client au moment du contrat des mesures de prévention à respecter.

Lavage des vêtements

- ▶ Placer les vêtements portés chaque journée dans un sac fermé.
- ▶ Laver les vêtements portés au travail après chaque retour de voyage, conformément aux instructions du fabricant en utilisant le réglage d'eau le plus chaud approprié pour ces articles et le détergent habituel. Ne pas secouer le sac.
- ▶ Les vêtements n'ont pas à être lavés séparément des autres vêtements.
- ▶ S'assurer d'un séchage adéquat.



Secouristes en milieux de travail

Pour plus de détails sur les recommandations faites aux secouristes en milieux de travail, voir les [mesures de prévention concernant les premiers secours et premiers soins \(PSPS\) en milieu de travail](#).

Information-promotion-formation

Des affiches rappelant l'importance de l'hygiène des mains, de l'étiquette respiratoire et de la distanciation physique devraient être installées aux endroits stratégiques.

Prévoir un plan d'information et de formation des travailleurs et des gestionnaires concernant les mesures de protection et de prévention.

Suivre les formations en ligne disponibles sur les mesures de prévention et de protection à prendre par rapport à la COVID-19 : [COVID-19 et santé au travail](#)

Prévention de la santé psychologique et des risques psychosociaux du travail

- ▶ En plus de contrôler les risques de transmission de la COVID-19, il est recommandé de veiller également à mettre en place un environnement psychosocial de travail propice à la santé psychologique et à prendre les actions nécessaires pour prévenir la détresse psychologique des travailleurs liée directement ou indirectement à la pandémie.
- ▶ Se référer à la fiche de l'[INSPQ](#) et à l'avis de l'[IRSST](#).

Plan de lutte contre les pandémies

Disposer d'un plan de lutte contre les pandémies adapté au contexte spécifique de son milieu de travail et voir à sa mise en application. Pour vous aider, voir la [publication du MSSS](#) et aussi un [modèle proposé par l'IRSST pour les PME](#).

Note : Les éléments de réponses présentés ci-dessus sont basés sur l'information disponible au moment de rédiger ces recommandations. Puisque la situation et les connaissances sur le virus SRAS-CoV-2 (Covid-19) évoluent rapidement, les recommandations formulées dans ce document sont sujettes à modifications.

Camionnage local et provincial

AUTEUR

Groupe de travail SAT-COVID-19
Direction des risques biologiques et de la santé au travail de l'[INSPQ](#)
[Réseau de santé publique en santé au travail](#)

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier l'[IRSSST](#) et la [CNESST](#) pour leurs commentaires durant le processus de révision de cette fiche.

CONCEPTION GRAPHIQUE

Valérie Beaulieu

MISE EN PAGE

Marie-Cécile Gladel
Direction des risques biologiques et de la santé au travail

© Gouvernement du Québec (2020)

N° de publication : 2925

