



# Hiérarchie des mesures de contrôle en milieu de travail

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

13 octobre 2020 – version 3

Selon les connaissances actuelles, la COVID-19 peut être transmise par des personnes symptomatiques, présymptomatiques et asymptomatiques porteuses de la maladie. Par conséquent, cette fiche contient des recommandations qui s'appliquent en tout temps où le virus SRAS-CoV-2 est en circulation.

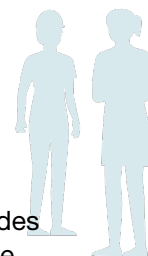
Les mesures de contrôle de la COVID-19 sont fondées sur un principe de hiérarchie des mesures, applicable à tous les milieux de travail. **Toutefois, en contexte d'écllosion en milieu de travail, les équipes régionales de santé publique en santé au travail peuvent demander des mesures supplémentaires afin de contrôler rapidement l'écllosion.**

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

[Travailleuses enceintes ou allaitantes](#)

[Travailleurs immunosupprimés](#)

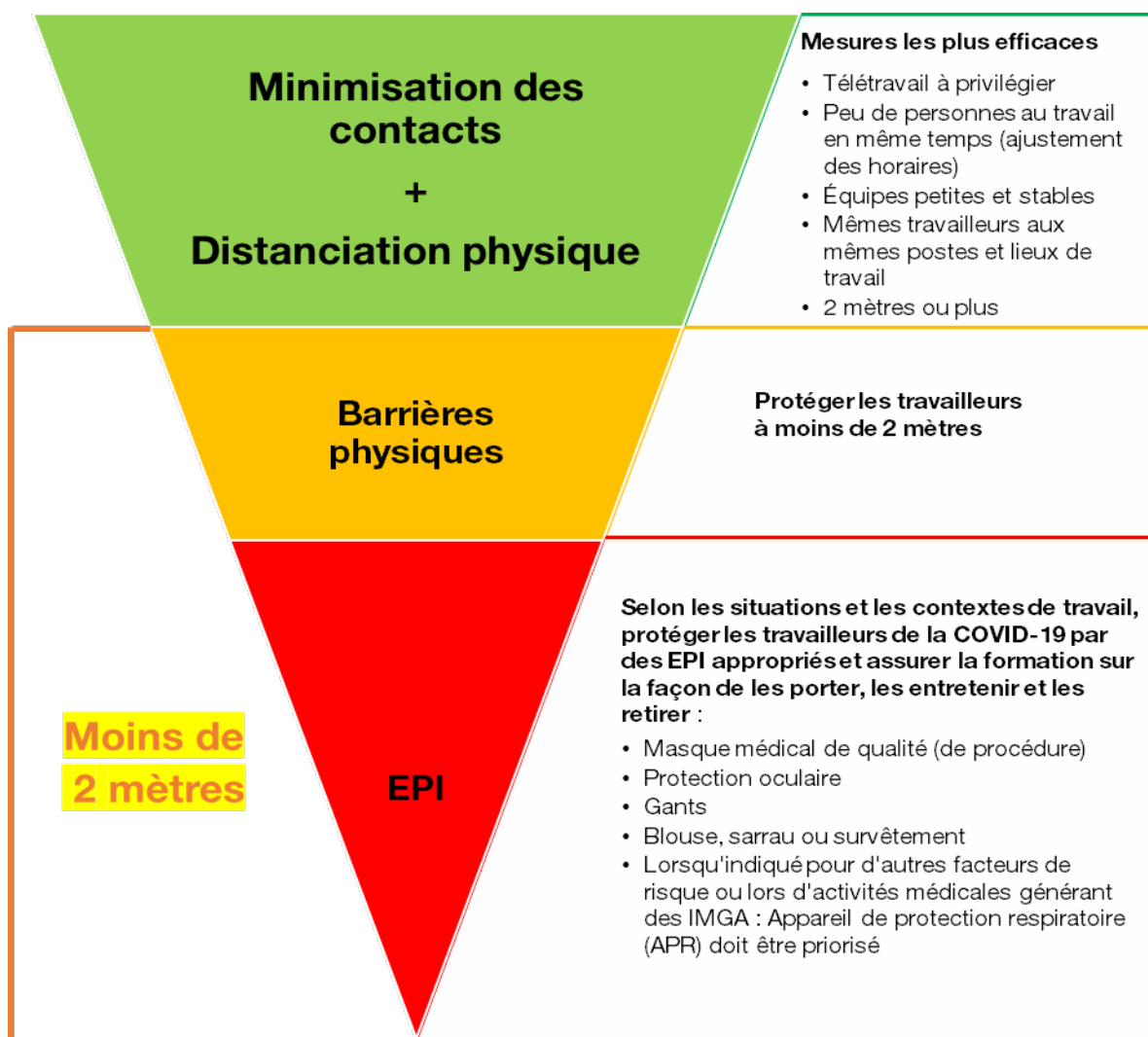
[Travailleurs avec des maladies chroniques sévères](#)

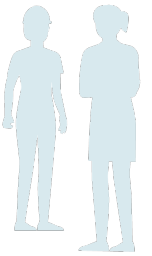


## Hiérarchie des mesures de contrôle face à la COVID-19

Les recommandations de la santé publique en santé au travail s'appuient sur un principe de hiérarchie des mesures de prévention et de protection en santé au travail en fonction de leur efficacité dans le contexte particulier de la COVID-19. Les mesures présentées dans cette fiche s'ajoutent aux autres mesures recommandées pour les milieux de travail et les travailleurs, qui combinées augmentent la protection des travailleurs, telles que :

- ▶ **L'exclusion des cas, des contacts de cas et des travailleurs symptomatiques.**
- ▶ **L'application de l'hygiène des mains et le respect de l'étiquette respiratoire.**
- ▶ **Port du couvre-visage pour la clientèle.**
- ▶ **Le nettoyage et la désinfection des surfaces et des objets.**
- ▶ **La ventilation des lieux de travail (locaux et véhicules).**
- ▶ **La communication, l'information et la formation, etc.**





## Minimisation des contacts et distanciation physique

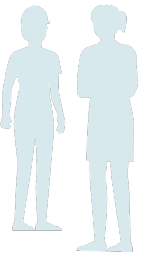
Le nombre, la fréquence, la durée et la proximité des contacts sont des facteurs qui augmentent les risques de transmission de la COVID-19. En effet, plus il y a de personnes, plus les probabilités qu'au moins une de ces personnes (symptomatique ou non) soit infectée sont grandes. La minimisation du nombre, de la fréquence, de la durée et de la proximité des interactions, ainsi que le respect de la distanciation physique minimale de deux mètres en tout temps entre toutes les personnes sont les mesures de prévention les plus efficaces et doivent être priorisées :

- ▶ Privilégier le télétravail.
- ▶ Réduire les activités sur les lieux de travail à celles jugées essentielles.
- ▶ Maintenir le nombre de travailleurs présents au minimum requis sur place.
- ▶ Restreindre le nombre de personnes présentes simultanément dans le milieu de travail (travailleurs, clients ou tout autre fournisseur ou sous-traitant), en réorganisant le travail et les services.
- ▶ Privilégier et maintenir dans le temps de petites équipes stables (qui travaillent ensemble 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 site de travail.
- ▶ Éviter les contacts directs (ex. : poignées de mains, accolades).
- ▶ Réorganiser les espaces physiques et les activités de travail de manière à respecter la distance physique de deux mètres entre les personnes :
  - ▶ Modifier les méthodes de travail;
  - ▶ Éviter les réunions en présence et les rassemblements. Privilégier des méthodes alternatives comme la visioconférence, des messages téléphoniques ou vidéo préenregistrés. Si des rencontres sont absolument nécessaires (ex. : pour des enjeux de sécurité) :
    - ▶ Réduire la fréquence et la durée des réunions en présence au minimum nécessaire dans un espace suffisamment grand pour respecter en tout temps la distance de deux mètres entre les individus.
  - ▶ Limiter les sorties et les déplacements au strict nécessaire afin de limiter les contacts avec des gens de l'extérieur du milieu de travail.



## Travail à moins de deux mètres avec une barrière physique

- ▶ Lorsque les mesures précédentes ne permettent pas d'éliminer le travail à moins de deux mètres :
  - ▶ Installer une barrière physique adéquate pour séparer les travailleurs entre eux et avec la clientèle. Voir les recommandations de la [SAAQ](#), de l'[INSPQ](#) et de l'[IRSSST](#);
  - ▶ Aucun EPI n'est nécessaire.



## EPI et travail à moins de deux mètres sans barrière physique



Aucun équipement de protection individuelle pour la COVID-19 n'est requis lorsque :

- ▶ La distance minimale de deux mètres peut être maintenue avec toute personne (collègues, clients, etc.), **en tout temps ou presque**<sup>1</sup> :
- ▶ Dans un véhicule où se trouvent des tandems stables de travailleurs (qui travaillent ensemble sur des semaines, voire des mois. Par exemple, tandems stables de policiers). Dans ce contexte, il faut absolument s'assurer que l'ensemble des mesures de prévention recommandées dans les fiches spécifiques au type de travail soit rigoureusement respecté.



Port d'un masque médical de qualité<sup>2</sup> (de procédure) seul lorsque :

- ▶ Tous les autres collègues de travail portent un masque dans l'environnement où il est impossible, de par la nature des tâches, de respecter la distance physique minimale de deux mètres.
- ▶ Les conditions ambiantes entraînent des enjeux de formation de buée sur la protection oculaire avec le masque de procédure, malgré la recherche de solutions techniques pour y remédier (ex. : durée des tâches à risque, ventilation, application d'un produit pour empêcher la formation de buée) et que la buée occasionne des risques à la sécurité des travailleurs (**est possible comme solution de dernier recours uniquement**).
- ▶ Attention, le port d'une protection oculaire pour se protéger des risques à la sécurité, s'il est déjà requis, doit être maintenu.



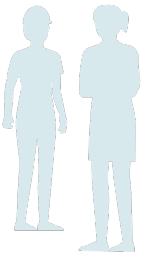
Port d'un masque médical de qualité<sup>2</sup> (de procédure) et d'une protection oculaire (lunettes de protection ou visièr)<sup>3</sup> lorsque :

- ▶ La distance physique minimale de deux mètres est impossible à respecter avec des collègues qui ne portent pas de masque de procédure (chirurgical).
- ▶ La distance physique minimale de deux mètres est impossible à respecter avec la clientèle.
- ▶ En raison de la clientèle, des bénéficiaires ou de la nature des interventions, il y a un risque d'être contaminé au visage par des liquides biologiques (ex. : par une clientèle ou des bénéficiaires agressifs; lors d'interventions avec risque de se faire cracher au visage ou de se faire mettre les mains au visage).

<sup>1</sup> À noter que des interactions brèves à moins de deux mètres, telles que croiser une personne dans un corridor ou dans un escalier, dont le cumul ne dépasse pas 15 minutes au cours d'un même quart de travail, représentent un risque faible de transmission du virus. Ceci ne doit pas être compris comme une autorisation à permettre 15 minutes de contact non protégé à moins de deux mètres des autres. Pour diminuer le risque de transmission du virus, il est recommandé, en absence de barrière physique, de porter les EPI appropriés lorsque la distanciation d'au moins deux mètres est impossible à maintenir.

<sup>2</sup> Idéalement, des masques ayant subi des tests de conformité de l'American Society of Testing and Materials (ASTM) doivent être privilégiés, comme c'est notamment le cas des masques approuvés par la Food and Drug Administration (FDA). 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](#).

<sup>3</sup> La protection oculaire doit couvrir les côtés des yeux.



### Port d'une visière seule recouvrant le visage jusqu'au menton

- ▶ Selon les connaissances scientifiques disponibles à ce jour, le port de la visière seule **n'offre pas le même niveau de protection** que le masque de procédure combiné avec une protection oculaire, lorsque le travailleur se trouve à moins de deux mètres d'autres personnes.
- ▶ **Est possible comme solution de dernier recours** dans un contexte où les conditions environnementales font en sorte de mettre en péril l'efficacité du masque de procédure (intempéries, humidité accablante, etc.) et qu'aucune autre solution n'est possible.



### Port d'un masque médical de qualité<sup>4</sup> (de procédure), d'une protection oculaire (lunettes de protection ou visière), de gants et d'un survêtement (ex. : blouse) lorsque :

- ▶ Contact direct avec une personne ayant des symptômes associés à la COVID-19 ou en présence d'un cas confirmé à moins de deux mètres.



### Tâches nécessitant déjà l'utilisation d'un appareil de protection respiratoire

- ▶ Pour les tâches où des travailleurs utilisent déjà des appareils de protection respiratoire (APR), ceux-ci doivent continuer d'être utilisés et ne doivent pas être remplacés par un masque de procédure, car ils sont adéquats pour protéger contre la COVID-19. Les mesures suivantes doivent tout de même être appliquées :
  - ▶ Si le travail s'effectue à moins de deux mètres de personnes ne portant ni APR ni masque de procédure, ajouter des lunettes de protection ou une visière, si elles ne sont pas déjà portées et si l'APR ne couvre pas entièrement le visage.
  - ▶ L'utilisation des APR doit se faire dans le cadre d'un programme de protection respiratoire, incluant des essais d'ajustement.

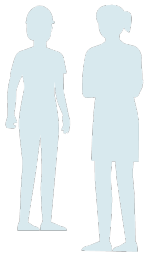


### Tâches nécessitant l'utilisation de gants

- ▶ Porter les gants lorsqu'ils sont habituellement utilisés pour la tâche.
- ▶ Si des gants ne sont pas portés, il n'est pas nécessaire d'en porter pour protéger contre la COVID-19. De façon générale, le port de gants pour prévenir la transmission de la COVID-19 n'est pas recommandé sauf dans des situations très particulières (pour les contacts avec un cas confirmé de COVID-19 ou une personne symptomatique), 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.
- ▶ L'utilisation de gants pour le nettoyage et la désinfection peut protéger les mains de l'irritation causée par les produits chimiques.

---

<sup>4</sup> Idéalement, des masques ayant subi des tests de conformité de l'American Society of Testing and Materials (ASTM) doivent être privilégiés, comme c'est notamment le cas des masques approuvés par la Food and Drug Administration (FDA). 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](#).



### Tâches nécessitant déjà l'utilisation d'un survêtement

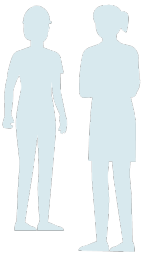
- ▶ Porter le survêtement habituellement utilisé pour la tâche et veiller à son nettoyage quotidien, à l'eau chaude avec le détergeant habituel.
- ▶ Si un survêtement n'est pas porté pour les tâches usuelles, il n'est pas nécessaire d'en porter un pour protéger contre la COVID-19 (sauf pour les contacts avec un cas confirmé de COVID-19 ou une personne symptomatique).



### Retrait des EPI

Selon les EPI portés :

- ▶ Retirer les gants, le survêtement, la protection oculaire et le masque de procédure ou l'APR de façon sécuritaire :
  - ▶ Retirer les gants et les jeter après usage dans un sac fermé hermétiquement ou une poubelle refermable qui s'actionne sans contact. Se laver ensuite les mains avec une solution hydroalcoolique.
  - ▶ Retirer le survêtement, le mettre dans un sac refermable et se laver les mains avec une solution hydroalcoolique (60 % d'alcool).
  - ▶ Retirer la protection oculaire et se laver les mains avec une solution hydroalcoolique.
  - ▶ Retirer le masque en le prenant par les élastiques sans toucher au papier et le jeter après usage dans un sac fermé hermétiquement ou une poubelle refermable sans contact et terminer en se lavant les mains avec une solution hydroalcoolique.
- ▶ Désinfecter l'équipement de protection individuelle réutilisable ainsi que la surface où celui-ci a été déposé en attendant la désinfection (ex. : protection oculaire ou visière, APR) avec un produit adapté à l'équipement.
- ▶ Jeter le sac dans lequel se trouvent les gants et le masque, ou tout matériel jetable.
- ▶ Veiller au lavage des mains avec de l'eau et du savon (savonner minimalement 20 secondes avant de rincer) ou utiliser une solution hydroalcoolique (60 % d'alcool) après l'intervention.
- ▶ Rapporter le sac contenant le survêtement à la maison afin de laver le survêtement à l'eau chaude et avec le détergeant habituel. Ne pas secouer le sac. Jeter le sac ou le laver si réutilisable.
- ▶ Se laver les mains.
- ▶ Voir la vidéo suivante : [Procédure d'habillage et de déshabillage pour les précautions gouttelettes contact avec protection oculaire](#)



## Exemples d'application



- ▶ Travailleurs de cuisine à 2 mètres de distance en tout temps ou presque entre eux et avec la clientèle.



- ▶ Chaîne de montage à moins de deux mètres où tous les travailleurs portent un masque de procédure.
- ▶ Transport de groupe où les travailleurs ne peuvent pas s'asseoir à plus de 2 mètres et où il est impossible de poser une barrière physique.
- ▶ Condition ambiante faisant en sorte que de la buée se crée sans cesse dans la protection oculaire et qu'aucune solution pour résoudre le problème de buée n'est possible.



- ▶ Massothérapeute ou coiffeuse (à moins de 2 mètres avec la clientèle).
- ▶ Interventions auprès d'une clientèle ou de bénéficiaires potentiellement agressifs, peu importe la durée.
- ▶ Interventions auprès d'une clientèle pouvant contaminer le travailleur avec des liquides biologiques, peu importe la durée.



- ▶ Travailleur du domaine de la foresterie où le taux d'humidité mouille le masque de procédure rapidement et le désagrège.



- ▶ Intervenant dans un organisme communautaire offrant de l'hébergement qui doit prendre soin d'un usager ayant de la toux et des difficultés à respirer.



- ▶ Travailleur dans une usine de traitement des eaux lors de certaines tâches spécifiques.



- ▶ Personnel de l'entretien ménager.

**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.

## Hiérarchie des mesures de contrôle en milieu de travail

---

### 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](#)

### RÉDACTION

Mariève Pelletier, conseillère scientifique spécialisée  
Stéphane Caron, médecin-conseil  
Mylène Trottier, médecin-conseil  
Direction des risques biologiques et de la santé au travail

### SOUS LA COORDINATION DE

Marie-Pascale Sassine, chef d'unité scientifique

### REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier l'[IRSSST](#) et la [CNESSI](#) 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

### CRÉDIT IMAGES

[www.flaticon.com](http://www.flaticon.com)

© Gouvernement du Québec (2020)

N° de publication : 3022

