



# Soins thérapeutiques en cabinet privé

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

Cette fiche s'adresse aux cabinets privés de soins thérapeutiques hors du réseau de la santé  
(ex. : chiropraticiens, acupuncteurs, massothérapeutes, ostéopathes)

**7 avril 2021 – version 4.0** : 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 présymptomatiques, symptomatiques et asymptomatiques, porteuses de la maladie. Par conséquent, des mesures préventives sont recommandées en tout temps.

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. Ces recommandations sont basées sur un principe de [hiérarchie des mesures de contrôle de la COVID-19](#). L'ensemble des mesures de contrôle précisées dans cette fiche sont complémentaires et doivent toutes être appliquées afin d'optimiser la réduction du risque d'éclosions dans les milieux de travail. À noter que des mesures supplémentaires peuvent être demandées par la direction régionale de santé publique en cas d'éclosion dans un milieu.

**Dans le contexte, notamment, de la transmission des variants, en plus des autres mesures, il est recommandé de porter un masque de qualité en continu à l'intérieur, peu importe la distance entre les individus.** 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](#)

## Aménagement du mode et du temps de travail

Afin de protéger la santé des employés et de ceux qui fréquentent le milieu de travail, il est demandé aux employeurs et aux travailleurs de respecter les consignes d'isolement (retour de voyage, cas de COVID-19, contacts de cas) et tenir compte des autres contraintes (fréquentation volontaire des écoles, transport en commun limité, etc.) :

- ▶ Favoriser le télétravail pour les postes où c'est possible.
- ▶ Permettre les horaires flexibles pour les postes où c'est possible.
- ▶ Revoir les tâches afin de favoriser leur réalisation seule, en équipe restreinte ou selon [les critères de distanciation physique](#)

## Triage des travailleurs symptomatiques

- ▶ Aviser les travailleurs de ne pas se présenter au travail s'ils présentent des [symptômes associés à la COVID-19](#).
- ▶ Un [questionnaire des symptômes](#) peut être utilisé par ces derniers avant le début de chaque quart de travail. À noter que ce questionnaire comprend des lignes directrices pour aider les employeurs à identifier les contacts à risque dans leur milieu.
- ▶ 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 travailleur ou un client se présente symptomatique ou s'il commence à ressentir des symptômes sur les lieux de travail :
  - ▶ Lui faire porter un masque de qualité<sup>1</sup> et l'isoler dans un local prévu à cette fin. En absence de local, s'assurer qu'il s'isole des autres travailleurs;
  - ▶ Appeler le 811 ou le 1 877 644-4545 pour obtenir des consignes;
  - ▶ La personne symptomatique devra consulter le [Guide autosoins](#) pour plus de détails;
  - ▶ Les travailleurs ayant été en contact à moins de deux mètres avec la personne symptomatique sans protection appropriée<sup>2</sup> doivent procéder à une autosurveillance de leurs symptômes en attendant les consignes de la santé publique et appeler le 811 ou le 1 877 644-4545 s'ils développent des symptômes.
    - ▶ Voir la fiche résumée du [MSSS](#), **en cas de contact avec une personne infectée.**
  - ▶ Pour connaître les précautions à prendre lorsqu'une personne présente des symptômes associés à la COVID-19, se référer à la section [Équipement de protection pour la prise en charge d'une personne qui présente des symptômes associés à la COVID-19](#).

## Hygiène des mains

- ▶ Promouvoir et faire respecter 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 (interrupteurs, poignées de porte, micro-ondes, rampes d'escalier, 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 concernant les produits désinfectants pour les mains acceptés par [Santé Canada](#).
- ▶ Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains ou des gants.

---

<sup>1</sup> Il s'agit de masques médicaux (de procédure ou chirurgical) ou non médicaux attestés ASTM F2100 (le niveau 1 est suffisant) et EN14683 type IIR; de même que les masques non médicaux attestés BNQ 1922-900 : Masques destinés aux milieux de travail : <https://www.bnq.qc.ca/fr/normalisation/protection-et-surete/masques-destines-aux-milieux-de-travail.html>

<sup>2</sup> Voir la section sur les mesures applicables dans les situations de [travail à moins de deux mètres](#) pour connaître les équipements de protection appropriés pour les travailleurs.

- ▶ 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.
- ▶ Si des gants sont habituellement portés pour la tâche afin de se protéger contre un autre risque, il faut continuer de les porter.

## Étiquette respiratoire

- ▶ Promouvoir et faire respecter 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 sans contact 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 :

- ▶ Privilégier le télétravail pour les postes de travail pour lesquels c'est possible.
- ▶ Réduire les activités à celles jugées essentielles.
- ▶ Maintenir le nombre de travailleurs présents au minimum absolument requis sur place.
- ▶ Restreindre le nombre de personnes présentes dans le milieu de travail (travailleurs, clients ou tout autre fournisseur ou sous-traitant), en réorganisant le travail et les services.
- ▶ Privilégier de petites équipes stables sur des semaines, voire des mois, pour éviter la multiplication des interactions<sup>3</sup> :
  - ▶ Toujours garder les mêmes groupes de travailleur pour le travail en équipe – garder le moins de travailleurs possible dans ces groupes;
  - ▶ Conserver les mêmes travailleurs aux mêmes postes de travail ou sites de travail autant que possible.
- ▶ Éviter les contacts directs au strict nécessaire (ex. : pas de poignées de mains ou accolades).
- ▶ Réorganiser les espaces physiques et les activités de travail de manière à respecter la distance physique minimale 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 d'au moins deux mètres entre les individus.

---

<sup>3</sup> Cette mesure ne remplace pas le port d'équipement de protection individuelle et doit être considérée comme mesure complémentaire pour réduire les risques de transmission de la COVID-19.

## Port du masque de qualité en continu

Dans le contexte de la transmission des variants, il est maintenant recommandé de porter un masque de qualité<sup>4</sup> en continu à l'intérieur, peu importe la distance entre les individus. Pour le travail à l'extérieur, le port du masque en tout temps reste préconisé si des interactions à moins de deux mètres avec des collègues de travail sont inévitables.

## Travail à moins de deux mètres

Pour les tâches où il est impossible de maintenir une distance minimale de deux mètres<sup>5</sup> avec quiconque, des adaptations doivent être apportées :

- ▶ Installer une barrière physique adéquate pour séparer le travailleur des autres travailleurs lorsque la distance de deux mètres ne peut être respectée : voir les recommandations de l'IRSST pour des détails sur les barrières physiques.
- ▶ Dans l'impossibilité ou dans l'attente de mettre en place les mesures de distanciation ou une barrière physique.

## Équipement de protection individuelle pour les interactions entre collègues

- ▶ Le port du masque de qualité<sup>4</sup> et d'une protection oculaire<sup>6</sup> (lunette de protection ou visière) est recommandé. Si tous les collègues à moins de deux mètres portent un masque de qualité et qu'il y a absence de contacts avec toute autre personne, la protection oculaire n'est pas obligatoire.

À noter que le masque médical doit être changé toutes les quatre heures, ou plus tôt s'il est humide, mouillé ou endommagé. Il peut être porté à l'extérieur en hiver, seul ou sous un cache-cou (ex. : polar).

## Équipement de protection individuelle pour les interactions avec la clientèle

- ▶ Tous les travailleurs en contact avec les clients ou toute autre personne en dehors des collègues (parents accompagnateurs, fournisseur, etc.) doivent porter un masque de qualité<sup>4</sup> et une protection oculaire<sup>6</sup> (lunette de protection ou visière).
- ▶ Lorsque le client reçoit son soin, il est recommandé que celui-ci porte également un masque de qualité, étant donné sa proximité avec le travailleur pendant une durée prolongée.
  - ▶ Pour s'assurer de la qualité et de la conformité des masques portés par les clients, il est recommandé que la clinique ou le cabinet leur fournisse à leur entrée. Le changement du couvre-visage pour le masque de qualité devrait être fait avant l'entrée dans la clinique ou le cabinet.

---

<sup>4</sup> Il s'agit de masques médicaux (de procédure ou chirurgical) ou non médicaux attestés ASTM F2100 (le niveau 1 est suffisant) et EN14683 type IIR; de même que les masques non médicaux attestés BNQ 1922-900 : Masques destinés aux milieux de travail : <https://www.bnq.qc.ca/fr/normalisation/protection-et-surete/masques-destines-aux-milieux-de-travail.html>

<sup>5</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 ÉPI appropriés lorsque la distanciation d'au moins deux mètres est impossible à maintenir.

<sup>6</sup> La protection oculaire doit couvrir les côtés des yeux.

## Équipement de protection individuelle pour la prise en charge d'une personne qui présente des symptômes associés à la COVID-19

- ▶ Prévoir une trousse d'urgence prête à être utilisée en situation de COVID-19 contenant des gants, des masques de qualité, des protections oculaires, des sacs refermables, des blouses de protection, de même qu'une solution hydroalcoolique.
- ▶ Prévoir une pièce d'isolement dans l'établissement qui doit être bien ventilée. Privilégier une salle avec une ventilation mécanique ou si non disponible, dans une pièce avec une fenêtre ouverte.
- ▶ Avant d'entrer dans le lieu où se situe le travailleur ou si un contact à moins de deux mètres doit être effectué (ex. : pour lui venir en aide) :
  - ▶ Demander à la personne ayant des symptômes de porter un masque de qualité, sauf si elle présente des difficultés respiratoires et ne tolère pas le masque;
  - ▶ Le travailleur qui prend en charge la personne symptomatique doit porter des gants et une blouse de protection en plus du masque de qualité et de la protection oculaire déjà portés.
- ▶ Une fois la personne sortie, aérer la pièce et procéder au nettoyage et à la désinfection (voir la section sur le [nettoyage et la désinfection](#) pour les recommandations).

## Mesures concernant la consultation et la prestation des soins en cabinet privé

- ▶ Effectuer un triage téléphonique :
  - ▶ Demander aux clients qui présentent des symptômes associés à la COVID-19 ou toute personne faisant l'objet d'un isolement (contact d'un cas confirmé, retour de voyage à l'étranger ou cas de COVID-19) de ne pas se présenter à la clinique. Voir les [renseignements suivants](#) pour plus de détails.

### Avant la consultation en présentiel

- ▶ Demander à l'utilisateur de se présenter seul à la clinique si possible, d'arriver à l'heure et, si possible, de téléphoner avant d'entrer.
- ▶ Si un usager se présente à la clinique avec des symptômes compatibles avec la COVID-19, lui demander de quitter les lieux et reporter le rendez-vous ou prévoir une autre modalité de consultation (ex. : téléconsultation).

### Pendant la consultation en présentiel

- ▶ Comme mentionné précédemment, demander au client de porter un masque de qualité<sup>7</sup>
  - ▶ Dans certaines circonstances exceptionnelles (par exemple couché sur le ventre sur une table de massage), le client pourrait retirer son masque;
  - ▶ Se laver les mains.
- ▶ Respectez les mesures de prévention et de contrôle des infections en lien avec l'exercice de votre profession.

---

<sup>7</sup> Il s'agit de masques médicaux (de procédure ou chirurgical) ou non médicaux attestés ASTM F2100 (le niveau 1 est suffisant) et EN14683 type IIR; de même que les masques non médicaux attestés BNQ 1922-900 : Masques destinés aux milieux de travail : <https://www.bnq.qc.ca/fr/normalisation/protection-et-surete/masques-destines-aux-milieux-de-travail.html>  
Voir aussi le [document suivant](#) qui s'applique aux milieux de soins.

- ▶ Mettre un équipement de protection individuelle (ÉPI) :
  - ▶ Un masque de qualité<sup>7</sup> et une protection oculaire (lunette de protection ou visière);
  - ▶ Le port d'une blouse de protection n'est pas obligatoire. Si elle est portée, elle doit être retirée et lavée à la fin de la journée de travail, comme pour les autres vêtements portés;
  - ▶ Le port de gants n'est pas obligatoire. Si des gants sont utilisés, ils doivent être enfilés et retirés selon une procédure stricte et jetés entre chaque usager. Le lavage des mains avant et après chaque contact avec l'usager est nécessaire.
- ▶ Ouvrir et fermer soi-même les portes.
- ▶ Demander à l'usager de déposer ses effets personnels à un endroit désigné.
- ▶ Demander à l'usager de se laver les mains.
- ▶ Limiter les déplacements de l'usager dans la clinique.

### **Après la consultation en présentiel**

- ▶ Demander à l'usager de se laver les mains avant de quitter la salle de traitement.
- ▶ Retirer l'équipement de protection individuelle (voir section suivante).
- ▶ Se laver les mains.
- ▶ Demander à l'usager de quitter rapidement les lieux.
- ▶ Procéder à la désinfection de la salle de traitement et de toutes les surfaces touchées par l'usager (poignée de porte, salle de bain au besoin, salle d'attente), à répéter entre chaque usager.
  - ▶ Si possible, aérez la salle de traitement en ouvrant une fenêtre donnant sur l'extérieur. En l'absence de fenêtre, la désinfection des surfaces est suffisante. L'aération de la salle de traitement ne remplace pas la désinfection des surfaces;
  - ▶ <https://www.inspq.qc.ca/covid-19/environnement/air-interieur-ventilation>.
- ▶ Procéder à la désinfection du matériel utilisé.

### **Retrait des équipements de protection individuelle**

- ▶ Retirer les gants après usage, s'il y a lieu, dans un sac fermé hermétiquement ou une poubelle refermable qui s'actionne sans contact. Se laver ensuite les mains avec une solution hydroalcoolique.
- ▶ Retirer la blouse de protection, s'il y a lieu, la mettre dans un sac refermable et se laver les mains avec une solution hydroalcoolique.
- ▶ 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 la protection oculaire ainsi que l'endroit où celui-ci a été déposé en attendant la désinfection avec un produit adapté à l'équipement.
- ▶ Jeter le sac dans lequel se trouve 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 après l'intervention.

- ▶ Voir la vidéo sur la [procédure d'habillage et de déshabillage pour les précautions gouttelettes contact avec protection oculaire](#).

## Porter une attention particulière aux situations suivantes

### Pauses et repas

La consigne du port du masque en tout temps ne peut s'appliquer au moment des repas. Cependant, le masque doit être retiré seulement avant de débiter le repas et remis immédiatement après.

- ▶ Veiller à ce que les mesures de distanciation physique soient appliquées lors des pauses et des périodes de repas (ex. : éviter les rassemblements).
- ▶ Retirer les objets non essentiels (revues, journaux, bibelots) des aires communes.
- ▶ S'assurer que les travailleurs ont accès à des salles assez grandes pour qu'il y ait une distance minimale de deux mètres entre chacun d'eux. Prévoir des salles supplémentaires au besoin.
- ▶ Si aucune autre salle n'est disponible, modifier les horaires des périodes de repas afin de maintenir un nombre limité de travailleurs dans la salle à manger en tout temps ou demander au personnel pour qui c'est possible de manger à leur bureau.
- ▶ L'installation de barrières physiques adéquates dans les salles à manger est une mesure complémentaire à la distanciation physique. Comme le port du masque n'est pas possible durant les repas, les barrières physiques ajoutent une protection supplémentaire contre les risques de transmission. Les barrières physiques ne remplacent pas l'importance de la distanciation physique et de la minimisation du nombre de contacts.
- ▶ S'assurer que les mêmes groupes de travailleurs mangent en même temps, dans une même salle, jour après jour. Si les travailleurs mangent à l'extérieur de l'établissement, veiller à ce qu'ils respectent la distance minimale de deux mètres entre chacun d'eux.
- ▶ 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.

### Goulots d'étranglement

Porter une attention particulière aux espaces agissant comme goulots d'étranglement (ex. : entrée de la clinique, salle d'attente, etc.) :

- ▶ Éviter que des files de personnes rapprochées ne se créent à ces endroits.
- ▶ Au besoin, décaler légèrement les horaires de travail, de pauses et de repas.
- ▶ Installer des distributeurs de solutions hydroalcooliques facilement accessibles dans des espaces ouverts, afin d'éviter de les installer dans des endroits qui créeront d'autres goulots d'étranglement.
- ▶ Des [affiches](#) rappelant l'importance de l'hygiène des mains, de l'étiquette respiratoire et de la distanciation physique devraient être installées à ces endroits.

### Salle d'attente et services à la clientèle

- ▶ Pour le service à la clientèle, si la distanciation de deux mètres entre les personnes ne peut être appliquée, mettre en place une barrière physique de type Plexiglas au comptoir-caisse afin de limiter le risque de contamination du personnel.

- ▶ Donner des rendez-vous espacés aux clients et leur demander de les respecter.
- ▶ S'il y a plusieurs personnes dans la salle d'attente, une distance de deux mètres entre elles doit être maintenue ou des aménagements pour s'assurer que cette distance soit respectée peuvent être implantés.

## Lavage des vêtements

- ▶ Retirer les vêtements de travail, incluant les survêtements (sarrau, etc.), à la fin du quart de travail et les placer dans un sac en tissu ou en plastique lorsque possible, sinon retirer les vêtements de travail dès l'arrivée à la maison. À la maison, déplacer ces sacs vers la laveuse.
- ▶ Éviter de secouer le sac et les vêtements souillés.
- ▶ Laver les vêtements portés au travail après chaque journée, conformément aux instructions du fabricant en utilisant le réglage d'eau le plus chaud approprié pour ces articles et le détergent habituel.
- ▶ Ceux-ci n'ont pas à être lavés séparément des autres vêtements.
- ▶ S'assurer d'un séchage adéquat.
- ▶ S'assurer que le vêtement de travail et les gants sont toujours utilisés par le même travailleur tant qu'ils n'ont pas été lavés. Envisager la possibilité d'avoir des équipements de rechange supplémentaires pour pouvoir augmenter la fréquence des lavages.
- ▶ Pour le lavage du linge sale (ex. : serviettes, drap et couvertures) utilisé, se référer à la [fiche suivante](#).

## Ascenseurs

- ▶ Si des ascenseurs sont présents dans l'établissement où est située l'installation, voir la [fiche de l'INSPQ](#) sur les travailleurs utilisant les ascenseurs.

## Méthodes de paiement

- ▶ Limiter, mais ne pas refuser, les échanges d'argent, chèques, cartes de crédit, cartes de fidélité, etc.; privilégier plutôt le paiement sans contact par cartes et cellulaires, idéalement sur des terminaux fixes, qui n'ont pas à être manipulés.
- ▶ Les clients devraient éviter de toucher les boutons des terminaux en utilisant plutôt le paiement sans contact.
- ▶ Éviter de manipuler les cartes bancaires ou les cellulaires des clients et appliquer l'hygiène des mains le plus souvent possible (idéalement entre chaque client s'il y a eu contact avec l'argent, la carte ou le terminal manipulé par le client), avec une solution hydroalcoolique à au moins 60 %.
  - ▶ Comme alternative, un linge humide savonneux disponible au poste de travail, déposé dans un contenant étanche ouvert, et changé régulièrement, est possible. Les travailleurs devraient avoir accès à l'eau courante et au savon qui constitue la meilleure méthode d'hygiène des mains.
- ▶ Maintenir propres les terminaux de paiement.
- ▶ Idéalement, un nettoyage avec les produits usuels devrait être fait plusieurs fois par jour et si le terminal est visiblement souillé. S'assurer que le produit utilisé est compatible avec le terminal selon les recommandations du fournisseur. À noter que le polythène sur les touches, facilite le nettoyage.

- ▶ Pour plus de détails, consulter la fiche de l'INSPQ sur la [manipulation de l'argent dans les magasins et les milieux de travail](#).

## Réception de marchandises

- ▶ Privilégier la stabilité des équipes qui sont en contact avec le personnel venant de l'extérieur de l'entreprise (ex. : livreurs, camionneurs, etc.).
- ▶ Idéalement, organiser les tâches de sorte que les livreurs et fournisseurs puissent déposer les marchandises à l'entrée de l'entreprise pour éviter les allées et venues de travailleurs d'autres entreprises dans les locaux du bâtiment.
- ▶ Déposer les marchandises sur une surface propre en respectant la distance minimale de deux mètres entre les individus; isoler l'aire de réception des marchandises des autres secteurs de l'établissement.
- ▶ S'assurer que les travailleurs se lavent les mains avant et après avoir manipulé la marchandise.

## Manipulation d'objets et transmission de 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 :
  - ▶ Éviter le transfert de papier par contact direct (mains à mains) afin de respecter la distanciation;
  - ▶ Pour favoriser le maintien de la distance d'au moins deux mètres entre les personnes, il est recommandé de déposer les documents sur une surface propre;
  - ▶ S'assurer d'appliquer une bonne hygiène des mains avant et après la manipulation d'objets et la signature de documents;
  - ▶ Avoir idéalement son propre crayon et ne pas le partager avec les interlocuteurs.

## Ventilation et climatisation

- ▶ Lorsque possible, une ventilation naturelle (ouverture des fenêtres) est une mesure qui apparaît suffisante. Il est par ailleurs recommandé de procéder à ce type de ventilation naturelle, d'une durée d'environ 10-15 minutes, au moins deux fois par jour. Pour les systèmes de ventilation mécanique, se référer au [document suivant](#).
- ▶ Lorsque les conditions le requièrent (saison estivale), les climatiseurs et les ventilateurs sur pied peuvent être utilisés avec précaution en respectant certaines mesures. Les études suggèrent que les courants d'air directionnels peuvent transmettre le SRAS-CoV-2 d'une personne à l'autre. Idéalement, les systèmes de ventilation mécanique devraient être fonctionnels ou optimisés. Autrement, les climatiseurs et les ventilateurs peuvent être utilisés, mais les mouvements d'air ne doivent pas être dirigés vers les personnes.
  - ▶ Dans ces situations, il est recommandé de porter un masque de qualité en tout temps.

# Nettoyage et désinfection des espaces et des surfaces

## Nettoyage seulement

- ▶ Surfaces et objets non fréquemment touchés :
  - ▶ Nettoyer avec les produits généralement utilisés, selon les procédures d'entretien habituelles.
- ▶ Se référer à l'information de [l'INSPQ](#) pour de plus amples informations.

## Nettoyage et désinfection

- ▶ Un nettoyage suivi d'une désinfection est recommandé pour les objets et les surfaces fréquemment touchées (ex. : tables, poignées de portes, interrupteurs, comptoirs, poignées, bureaux, téléphones, accessoires informatiques, claviers d'ordinateurs, toilettes, robinets et éviers, photocopieuses, terminal de paiement), minimalement à chaque quart de travail et lorsque pertinent, entre chaque utilisateur (ex. : téléphone).
- ▶ Laisser un temps de contact suffisant au produit désinfectant pour inactiver le virus (selon les spécifications du fabricant).
- ▶ Voir l'information de [Santé Canada](#) et l'information de [l'INSPQ](#).

## Salles à manger

- ▶ Nettoyer et désinfecter les surfaces fréquemment touchées de la salle à manger après chaque période de repas (tables, chaises, poignée du réfrigérateur, robinetterie, comptoirs, micro-ondes, cafetière, etc.).

## Installations sanitaires et vestiaires

- ▶ Nettoyer et désinfecter minimalement à chaque quart de travail.

## Salles de soins

- ▶ Se référer à la fiche « [procédures de nettoyage et de désinfection de l'environnement et des équipements de soins pour les cliniques médicales](#) » pour les procédures détaillées de nettoyage et désinfection des salles d'examen, de la salle d'attente, les équipements et les installations sanitaires.

## Port de gants

- ▶ Le port de gants imperméables est recommandé pour protéger les mains de l'irritation par les produits utilisés.
- ▶ Éviter de porter les mains gantées au visage.
- ▶ Lors du retrait des gants, les jeter ou les nettoyer si réutilisables et les laisser sécher adéquatement. Se laver les mains immédiatement après.

## Nettoyage et désinfection des zones de travail et des locaux d'isolement temporaires ayant été occupés par des travailleurs infectés (cas confirmés) ou symptomatiques

- ▶ Fermer la zone de travail et le local.
- ▶ Nettoyer et désinfecter la zone de travail et le local utilisé par la personne.
- ▶ Si possible, ouvrir les fenêtres extérieures pour augmenter la circulation de l'air dans la zone concernée.
- ▶ Laisser un temps de contact suffisant au produit désinfectant pour inactiver le virus (selon les spécifications du fabricant).
- ▶ Une fois la désinfection terminée, la zone de travail et le local peuvent être rouverts.

## Lavage de la vaisselle

- ▶ Lorsque possible, chaque utilisateur devrait laver sa propre vaisselle (en respectant la distance minimale de deux mètres).
- ▶ La vaisselle et les ustensiles doivent être lavés avec de l'eau chaude et le savon à vaisselle habituel.
- ▶ L'utilisation d'un lave-vaisselle convient également.
- ▶ Dans la mesure du possible, éviter l'usage de douchettes sous pression (robinet de style-chef) pour déloger les aliments afin d'éviter les éclaboussures au visage; utiliser plutôt un prétrempage ou déloger les résidus d'aliments à l'aide d'un linge ou d'une éponge.
- ▶ Se laver les mains après avoir manipulé de la vaisselle souillée.

## 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](#).

### Autres références

INSPQ : [Hiérarchie des mesures de contrôle de la COVID-19 en milieu de travail](#)

INSPQ : [Recommandation du masque de qualité en milieux de travail, hors milieux de soins](#)

Gouvernement du Québec : [Décret sur le port du couvre-visage dans les lieux publics intérieurs](#)

CNESST : [Précisions sur les mesures de contrôle – COVID-19](#)

## Historique des modifications

Version	Date	Pages	Modifications
V.3	27 janvier 2021		
V.4	7 avril 2021	1	▶ Précisions apportées dans l'encadré du contexte sur le port du masque en continu.
		2	▶ Précisions sur les critères d'un masque de qualité (note en bas de page).
		4	▶ Ajout de la section « Port du masque de qualité en continu ».
		7	▶ Précisions apportées à la sous-section « Pause et repas ».
		9	▶ Précisions apportées à la section « Ventilation et climatisation ».

**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.

## Soins thérapeutiques en cabinet privé

---

### 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'[IRSST](#) 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



Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en formulant une demande au guichet central du Service de la gestion des droits d'auteur des Publications du Québec à l'aide d'un formulaire en ligne accessible à l'adresse suivante : <http://www.droitauteur.gouv.qc.ca/autorisation.php>, ou en écrivant un courriel à : [droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca](mailto:droit.auteur@cspq.gouv.qc.ca)

Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec (2021)

N° de publication : 2999