



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

8 juin 2022– version 8.0. Modifications apportées en jaune.

Ces recommandations s'appliquent à tous les milieux de travail – à l'exception des milieux de soins

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 que les milieux de travail peuvent mettre en œuvre selon le niveau de transmission et la gravité du virus SRAS-CoV-2 (ces mesures peuvent aussi conférer une protection contre d'autres virus respiratoires ayant un mode de transmission similaire).

Les mesures de contrôle de la COVID-19 sont fondées sur un principe de hiérarchie des mesures, applicable à tous les milieux de travail. **L'ensemble des mesures précisées dans cette fiche sont complémentaires et contribuent à réduire le risque d'éclosions dans les milieux de travail, lorsqu'elles sont appliquées de façon combinée.** L'implantation de ces mesures dans les milieux de travail devrait dépendre des situations (ex. : éclosions) et du contexte épidémiologique (ex. : nombre de cas, variant plus virulent ou dangereux). Pour plus de détails, [les mesures minimales à maintenir](#) ainsi que les [mesures intermédiaires et rehaussées](#) peuvent être consultées. De plus, les autorités gouvernementales ou la CNESST peuvent exiger d'autres mesures particulières.

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](#)

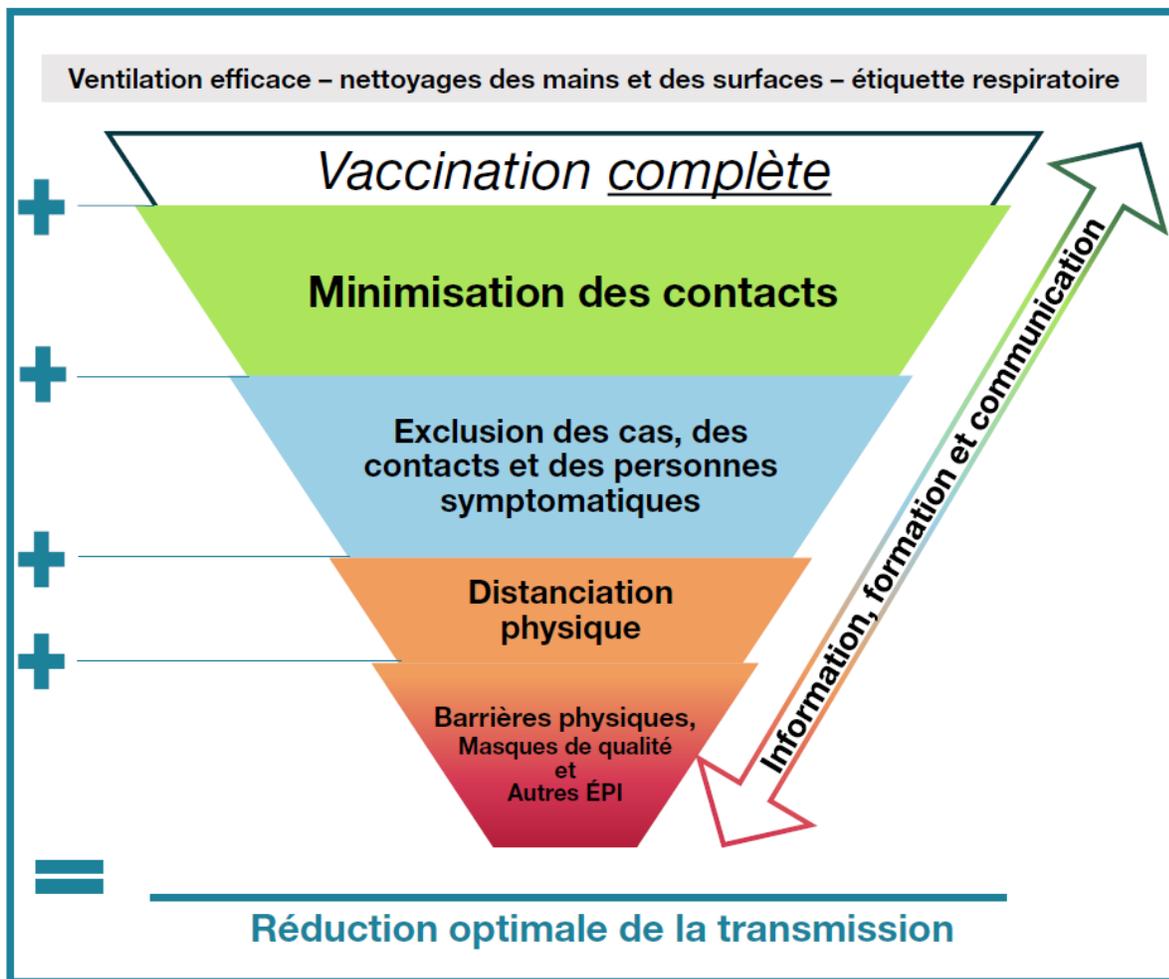
[Travailleurs immunosupprimés](#)

[Travailleurs avec des maladies chroniques](#)

Le présent document ne traite pas des mesures de gestion des cas et des contacts (isolement). Pour de l'information concernant ce sujet, consulter le [site gouvernemental](#).

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

Ces recommandations s'appuient sur un principe de hiérarchie et de complémentarité des mesures de prévention et de protection en santé au travail en fonction de leur efficacité à réduire de risque de transmission du SRAS-CoV-2 et ses variants. La pyramide ci-dessous est spécifique à la COVID-19 et associe à la fois efficacité et combinaison des mesures. Sauf pour la vaccination, les employeurs sont responsables de voir à la mise en application de ces mesures **lorsque le contexte le nécessite** et à leur respect par les travailleurs, notamment en adaptant l'environnement et l'organisation du travail, en fournissant le matériel nécessaire et en ayant recours à des stratégies de communication, d'information et de formation. Pour leur part, les travailleurs ont la responsabilité d'appliquer les mesures qui les concernent. **Lorsqu'appliquée intégralement, l'ensemble des mesures proposées ci-dessous est considéré maximal pour réduire la transmission du SRAS-CoV-2. Le choix des mesures à appliquer pourra être modulé selon le contexte épidémiologique et le niveau d'intervention de santé publique souhaité.**



Inspirée de la pyramide de la hiérarchie des contrôles du NIOSH.



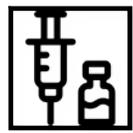
Information, formation, communication

Ces trois mesures font partie des piliers de la santé au travail et doivent être présentes à chacune des étapes de la hiérarchie des mesures de contrôle. Transmettre l'information efficacement et par plusieurs moyens, former suffisamment les travailleurs et les gestionnaires à l'aide notamment des outils proposés dans la [section formation de la page santé au travail de l'INSPQ](#) et prévoir un volet pratique, puis, enfin communiquer constamment en créant des occasions d'échanges entre les travailleurs et les dirigeants de l'organisation.



Mesures de base importantes en toutes circonstances

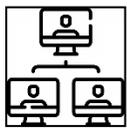
La ventilation des locaux et des véhicules, le lavage des mains et des surfaces fréquemment touchées et l'étiquette respiratoire sont des mesures de base, non spécifiques à la COVID-19. Ces mesures font partie du maintien d'un environnement de travail sain et devraient être encouragées et appliquées en tout temps pour contribuer à prévenir la transmission des infections dans les milieux de travail. De plus, la ventilation contribue à maintenir la qualité de l'air intérieur. Les informations plus précises pour chacune de ces mesures se trouvent dans la fiche générale pour les milieux de travail, de même que dans l'ensemble des fiches par secteur d'activité, situées sur la [page COVID-19 de santé au travail de l'INSPQ](#).



Vaccination complète

La vaccination est l'une des mesures de contrôle de la COVID-19 les plus importantes, car elle contribue à l'augmentation de l'immunité individuelle et collective. Il est essentiel que cette vaccination soit complète, c'est-à-dire que le nombre de doses requises est donné. Pour suivre l'évolution des connaissances et des recommandations concernant la vaccination, consulter la page [Vaccination et immunisation de l'INSPQ](#).

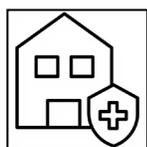
Minimisation des contacts



Le nombre de contacts, de même que la fréquence et la durée des interactions entre ces contacts sont des facteurs qui augmentent les risques de transmission de la COVID-19. En effet, **plus il y a de personnes** en même temps dans un même lieu, plus les probabilités qu'au moins une de ces personnes (symptomatique ou non) soit infectée sont grandes. Aussi, plus la **durée de l'interaction** avec une personne infectée est grande et plus le risque de transmission est élevé. La minimisation du nombre de contacts, de la fréquence, de la durée et de la proximité des interactions fait donc partie, avec la vaccination, des mesures de prévention les plus efficaces qui doivent être priorisées :

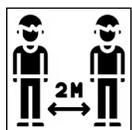
- ▶ Privilégier le télétravail.
- ▶ Réduire les activités sur les lieux de travail à celles jugées essentielles.
- ▶ Maintenir le nombre de travailleurs présents au minimum requis sur place.
- ▶ Restreindre le nombre de personnes présentes simultanément dans le milieu de travail (travailleurs, clients ou tout autre fournisseur ou sous-traitant), en réorganisant le travail, les heures de pauses et de repas et les services.
- ▶ Éviter le co-voiturage ou limiter le plus possible le nombre de personnes à l'intérieur des véhicules.
- ▶ Éviter le partage de chambre pour les travailleurs en hébergement.

- ▶ Privilégier et maintenir dans le temps de petites équipes stables (qui travaillent ensemble sur des semaines, voire des mois, mais qui ne sont pas des bulles), 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.
- ▶ Limiter la mobilité du personnel au sein des départements ou établissements d'une même entreprise.
- ▶ Limiter les sorties et les déplacements au strict nécessaire afin de limiter les contacts avec des gens de l'extérieur du milieu de travail.



Exclusion des cas, des contacts et des personnes symptomatiques

Pour minimiser les risques de contamination, les travailleurs et la clientèle devraient éviter de se présenter sur les lieux s'ils présentent des [symptômes associés à la COVID](#) et s'ils font l'objet d'un isolement de la part de la santé publique. Pour les précisions sur les exigences gouvernementales en matière d'isolement, consulter le [site gouvernemental](#).

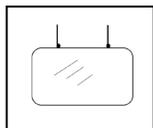


Distanciation physique

Le respect de la distanciation physique entre toutes les personnes est une autre mesure de prévention particulièrement efficace à prioriser. [La distanciation peut être plus facile à respecter lorsque les actions suivantes sont respectées :](#)

- ▶ 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 idéalement d'un minimum 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 bien ventilé et suffisamment grand pour respecter en tout temps la distanciation physique entre les individus.

Barrières et équipement de protection individuelle



Barrières physiques de qualité

La distanciation physique est une mesure plus importante que la barrière physique. Ainsi, le recours aux barrières physiques ne doit pas se substituer à la distanciation physique lorsqu'il est possible de la respecter. Les barrières physiques permettent de séparer les travailleurs entre eux, ainsi qu'avec la clientèle. Elles offrent plusieurs avantages :

- ▶ Elles assurent une certaine distance entre les personnes et servent de rappel visuel des exigences de distanciation.
- ▶ Elles offrent une certaine protection contre la COVID-19 en bloquant les gouttes¹ et en bloquant ou en déviant certains aérosols projetés par les personnes infectées. Avec les variants maintenant bien installés au Québec, la barrière est une mesure de protection qui s'applique en complémentarité avec le port du masque, lorsque la configuration du milieu de travail le permet.

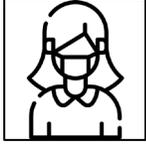
Critères de qualité d'une barrière physique² :

- ▶ Doit être facilement lavable et désinfectable (par exemple : un panneau de Plexiglas ou un rideau de type industriel facilement lavable).
- ▶ Doit dépasser minimalement 30 cm de chaque côté, du visage du travailleur **en action**, tant assis, que debout, en hauteur et en largeur, ainsi que des personnes de l'autre côté de la barrière. En effet, les travailleurs ne sont pas immobiles dans leur espace de travail. Une analyse des mouvements et des déplacements dans le poste de travail ou toute autre zone où l'on installe des barrières physiques est essentielle.
 - ▶ Attention : la barrière physique ne doit pas présenter un risque à la sécurité des travailleurs. Il est donc important de faire une analyse des risques avant de les installer.
- ▶ Éviter, autant que possible, les ouvertures dans la barrière physique. Si une ouverture est nécessaire pour la tâche, par exemple, pour remettre de l'argent ou des documents, s'assurer qu'elle soit la plus petite possible et en-dehors de la zone des 30 cm de chaque côté horizontal et vertical du visage des personnes de chaque côté de la barrière, tel que requis.
- ▶ Éviter aussi d'installer des barrières physiques afin d'augmenter le nombre de personnes présentes en même temps dans un même endroit. Une forte densité de personnes augmente les risques de contamination et de transmission de l'infection. La minimisation des contacts et des interactions demeure la mesure la plus efficace contre la COVID-19.
- ▶ Il faut s'assurer que l'installation des barrières physiques n'a pas d'impacts négatifs sur la ventilation.

Pour les barrières dans les véhicules, suivre les recommandations de la [SAAQ](#). Pour les commerces, vous pouvez vous référer au document de l'[IRSST](#). Pour plus de détails sur les barrières physiques en milieu de travail, vous référer aussi au document du [WorkSafe BC](#).

¹ Particules de plus de 100 µm (micromètres).

² Il existe très peu de données disponibles sur les barrières physiques. Les intervenants du réseau de santé publique en santé au travail ont constaté plusieurs lacunes sur des dispositifs utilisés en milieu de travail. Les critères de qualité présentés s'appuient sur le document de l'IRSST, du Worksafe BC, ainsi que sur des opinions d'experts.



Port du masque de qualité

Le port du masque de qualité^{3,4} offre à la fois une réduction à la source⁵ et une protection personnelle. Cette mesure est particulièrement importante pour certains groupes de travailleurs vulnérables (immunosupprimés, maladies chroniques et travailleuses enceintes).

Lorsqu'il est porté en continu par tous, il offre une plus grande protection.

- ▶ Cette mesure vise une réduction de la fréquence et de la durée des occasions où des contacts rapprochés avec une personne potentiellement contagieuse peuvent avoir lieu sans protection, ce qui semble associé à une protection supplémentaire dans la littérature scientifique.
- ▶ Le port du masque en continu, **même si la distanciation minimale de deux mètres peut être généralement respectée et même s'il y a présence de barrière physique**, constitue la stratégie de réduction à la source la plus efficace contre les aérosols qui pourraient potentiellement transporter des virus.
- ▶ Le port du masque en continu apporte aussi une simplicité d'application (par rapport au port du masque conditionnel à certaines situations ou certaines durées de tâches), ainsi que la minimisation de la manipulation du masque (et des risques de contamination potentiellement associés).
- ▶ Dans certaines circonstances, le port d'un N95 pourrait être envisagé à la place du masque de qualité. Voir le document : [Considérations pour l'utilisation d'un appareil de protection respiratoire de type N95](#).
- ▶ Pour plus d'information au sujet du port du masque en continu, voir [Port du masque de qualité en continu dans les milieux de travail en contexte d'apparition de variants sous surveillance rehaussée](#).
- ▶ Pour plus d'information sur les critères du masque de qualité, voir [Recommandations du masque de qualité en milieux de travail, hors milieux de soins](#).



Port d'une protection oculaire (lunettes de protection ou visière) en plus du masque de qualité :

La transmission par voie oculaire est *théoriquement* possible, bien que probablement pas la voie privilégiée. En contexte de port du masque en continu par les travailleurs, la protection oculaire n'est pas requise entre les travailleurs. Elle pourrait être portée⁶ dans les situations suivantes, en l'absence d'une barrière physique :

- ▶ Lorsqu'en raison **du type de clientèle (qui pourrait avoir des gestes ou des conduites imprévisibles)** 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).
- ▶ Lorsque la distanciation physique d'au moins deux mètres est impossible à respecter avec la clientèle qui ne porte pas un masque de qualité.

³ Le terme « **masque de qualité** » s'applique aux masques qui répondent aux critères de la norme ASTM F2100 (le niveau 1 est suffisant) ou de la norme EN14683 type IIR et aux masques attestés BNQ 1922-900.

⁴ À noter que le port du masque en continu est une mesure rehaussée, recommandée en fonction de la situation épidémiologique.

⁵ C'est-à-dire : une diminution des sécrétions (gouttes et aérosols) projetées dans l'environnement de travail par la personne qui porte le masque.

⁶ La protection oculaire doit couvrir les côtés des yeux.



Tâches nécessitant déjà l'utilisation d'un appareil de protection respiratoire (APR)

Pour les tâches nécessitant déjà des appareils de protection respiratoire (APR), les travailleurs doivent continuer de les utiliser et ne doivent pas les remplacer par un masque de qualité, car ils sont adéquats pour protéger contre la COVID-19. Pour les masques à épuration d'air (filtre à particules ou cartouche chimique), s'assurer de la présence d'un filtre N95 ou supérieur comme défini dans la norme *Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire* (CSA Z94.4-18). Les mesures suivantes doivent tout de même être appliquées :

- ▶ Si le travail s'effectue à moins de deux mètres d'une personne de la clientèle ne portant ni APR ni masque de qualité, on pourrait 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. [Voir les outils du réseau de santé publique en santé au travail.](#)



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 utilisés pour ces tâches.



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 la plus chaude pour le tissu avec le détergent 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 suspecté ou confirmé de COVID-19).



Port d'un masque médical ou d'un N95, d'une protection oculaire (lunettes de protection ou visière), de gants et d'un survêtement (ex. : blouse) lorsque :

- ▶ Dans le cas d'un contact direct avec un cas suspecté ou confirmé, **porter un masque médical⁷ ou N95, une protection oculaire, des gants et un survêtement.**
- ▶ Voir le document [Considérations pour l'utilisation d'un appareil de protection respiratoire de type N95 pour connaître les conditions lors desquelles le port d'un APR de type N95 peut être considéré.](#)

⁷ Masques qui répondent aux critères de la norme ASTM F2100 ou de la norme EN14683 type IIR.



Retrait des équipements de protection individuels (ÉPI)

- ▶ Se laver les mains.
- ▶ Retirer les ÉPI. Jeter ceux qui sont jetables et désinfecter ceux qui sont réutilisables avec un produit adapté à l'équipement.
- ▶ Si un survêtement est utilisé, le retirer, le déposer dans les bacs destinés à la buanderie de l'entreprise ou le placer dans un sac pour le laver une fois à la maison.
- ▶ Après le retrait de l'ensemble des ÉPI, se laver les mains avec de l'eau et du savon (savonner minimalement 20 secondes avant de rincer) ou utiliser une solution hydroalcoolique (60 % d'alcool).



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

- ▶ Le travailleur est seul dans un bureau fermé.
- ▶ Le travailleur est seul à l'extérieur et qu'aucune interaction à moins de deux mètres n'est susceptible de se produire.
- ▶ Le travailleur doit aller dans l'eau, mais garde en tout temps la distance minimale de deux mètres, sauf pour les situations de sauvetage.
- ▶ Le travailleur mange, mais conserve une distance minimale de deux mètres avec toute autre personne et idéalement, est protégé par une barrière physique.

Historique des modifications

Version	Date	Pages	Modifications
V.4	26 novembre 2020		
V.5	14 mai 2021	1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout de la précision : le présent document ne traite pas des mesures de gestion des cas et des contacts.
		2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout de la vaccination à la hiérarchie. ▶ Ajout de l'exclusion des cas, contacts et personnes symptomatiques à la hiérarchie. ▶ Séparation des mesures minimisation des contacts et distanciation physique. ▶ Ajout dans le texte des responsabilités des employeurs et des travailleurs.
		3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout d'une section sur l'information, la formation et la communication. ▶ Ajout d'une section sur les mesures de base. ▶ Ajout d'une section sur la vaccination.
		4	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout d'une section sur l'exclusion des cas, contacts et personnes symptomatiques à la hiérarchie.
		5	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout de critères de qualité pour les barrières physiques.
		6	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout d'une section sur le port du masque en continu.
		8	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Précision pour le port d'appareil de protection respiratoire : pour les masques à épuration d'air (filtre à particules ou cartouche chimique), s'assurer de la présence d'un filtre N95 ou supérieur comme défini dans la norme <i>Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire (CSA Z94.4-18)</i>.
		9	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Nouvelles précisions sur les conditions où aucun ÉPI n'est nécessaire.
		9-10	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Modifications de certains exemples.
V.6	10 juin 2021	10-11	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout des variations des mesures par paliers.
V.7	4 octobre 2021	Tout le document	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Retrait de la notion de palier d'alerte
		1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout d'un hyperlien vers le document général sur les mesures de base et mesures rehaussées.
		6	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ajout d'une note concernant le port en continu du masque de qualité.
V.8	8 juin 2022	Tout le document	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Adaptation du document à la situation d'assouplissement et de retrait des mesures de protection dans la communauté et mise à jour des références

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.

Hierarchie des mesures de contrôle en milieu de travail

AUTEUR

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

RÉDACTION

Mariève Pelletier, conseillère scientifique spécialisée
Stéphane Caron, médecin-conseil
Stéphane Perron, médecin-conseil
Mylène Trottier, médecin-conseil
Direction de la santé environnementale, au travail et de la toxicologie

Geoffroy Denis, médecin spécialiste
Direction de santé publique de Montréal

Élisabeth Lajoie, médecin spécialiste
Direction de santé publique de la Montérégie



SOUS LA COORDINATION DE

Marie-Pascale Sassine, chef d'unité scientifique

REMERCIEMENTS

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

MISE EN PAGE

Marie-Cécile Gladel
Direction de la santé environnementale, au travail et de la toxicologie

CRÉDIT IMAGES

www.flaticon.com

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.

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.

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

© Gouvernement du Québec (2022)

N° de publication : 3022

**Institut national
de santé publique**

Québec

