



## Comment les gens sont-ils infectés par la COVID-19 ?

Le virus de la COVID-19 se transmet principalement d'une personne à une autre par l'intermédiaire de gouttelettes respiratoires, ce qui survient lorsqu'une personne est en contact étroit (à moins d'un mètre) avec une personne infectée et qu'une exposition à des gouttelettes respiratoires potentiellement infectieuses se produit, par exemple, par la toux ou les éternuements.

La transmission peut également se produire indirectement par contact avec des surfaces de l'environnement immédiat ou avec des objets portés ou utilisés par la personne infectée.

## Seules les personnes présentant des symptômes sont-elles infectieuses ?

L'infection par la COVID-19 survient principalement par le biais de personnes présentant des symptômes. Elle peut également survenir juste avant que les patients ne présentent des symptômes (pré-symptomatiques) ou par le biais de personnes qui ne présentent aucun symptôme (asymptomatiques).

## Pourquoi devrais-je porter un masque ?

Le port d'un masque nous protège en réduisant le risque de transmission de la maladie des personnes infectées malades, pré-symptomatiques ou asymptomatiques aux autres.

## Quand dois-je porter un masque ?

Les masques devraient être portés là où les possibilités de distanciation physique sont limitées, ou dans les endroits où la ventilation est insuffisante et le flux d'air est faible. Cela s'applique aux rassemblements sociaux et de masse, aux transports publics, aux bureaux, aux épiceries,

aux écoles, aux mosquées, aux églises et à d'autres lieux.

### **Quel type de masque dois-je porter ?**

Le public devrait porter des masques en tissu.

Les groupes suivants devraient porter des masques médicaux (chirurgicaux) :

Agents de santé

Personnes ayant eu un test positif pour la COVID-19

Toute personne suspectée d'être atteinte de la COVID-19

Personnes s'occupant de cas suspects ou confirmés de COVID-19 en dehors des établissements de santé

Personnes âgées de plus de 60 ans

Personnes immunodéprimées

### **Le port d'un masque me protégera-t-il de la COVID-19 ?**

Le port d'un masque peut réduire le risque de transmission de la maladie et contribuer à protéger la communauté. Mais l'utilisation d'un masque seule ne suffit pas pour vous protéger de la COVID-19. Il ne peut vous protéger que lorsqu'il est porté parallèlement à l'application d'autres mesures préventives, notamment :

Le fait de bien se laver les mains

de se couvrir la bouche quand on tousse ou éternue

de maintenir une distance de sécurité avec les autres personnes

de surveiller vos symptômes et de vous isoler si vous pensez être infecté(e)

d'ouvrir autant que possible les fenêtres et les portes dans les espaces fermés pour

améliorer le flux d'air et la ventilation

### **Et si je porte un masque dans un endroit très fréquenté et que d'autres ne le portent pas, suis-je protégé(e) dans cette situation ?**

Les masques en tissu servent de barrière pour empêcher une personne infectée de propager l'infection de manière continue. Si une personne infectée ne porte pas de masque, il existe un risque d'infection pour les autres, même pour ceux qui portent un masque. Si tout le monde porte un masque en tissu, nous sommes tous protégés.

### **Comment mettre, utiliser, enlever et jeter un masque en toute sécurité ?**

1. Nettoyez-vous bien les mains avant de mettre votre masque.
2. Mettez votre masque soigneusement, en veillant à ce qu'il recouvre la bouche et le nez, ajustez-le à l'arête nasale et attachez-le solidement pour minimiser tout écart entre le visage et le masque.
3. Évitez de toucher le masque lorsque vous le portez
4. Retirez le masque en le détachant par-derrière ou en attrapant les lanières qui entourent les oreilles. Ne touchez pas l'avant du masque au risque de le contaminer.
5. Après avoir retiré votre masque, ou si vous touchez accidentellement l'avant du masque, nettoyez vos mains avec une solution hydroalcoolique, ou à l'eau et au savon si elles sont visiblement sales.
6. Si votre masque en tissu devient humide, remplacez-le par un nouveau masque propre et sec. Ne réutilisez pas un masque à usage unique.

7. Jetez les masques à usage unique après chaque utilisation et immédiatement après les avoir retirés dans un récipient sécurisé en vue de leur élimination.
8. Lavez régulièrement votre masque en tissu réutilisable.

### **Porter un masque peut-il présenter des inconvénients ?**

Oui, l'utilisation d'un masque peut présenter certains inconvénients. L'auto-contamination peut se produire si les gens continuent de toucher la surface extérieure d'un masque avec leurs mains puis leur visage. Si les masques non médicaux ne sont pas changés lorsqu'ils sont mouillés ou souillés, cela peut créer des conditions favorables à la reproduction des micro-organismes.

Les masques peuvent également donner un faux sentiment de sécurité, ce qui peut réduire le respect d'autres mesures de prévention essentielles. Les personnes ayant des besoins particuliers peuvent également avoir des difficultés à porter des masques. Parfois, le port du masque peut entraîner des difficultés respiratoires, des maux de tête, des lésions cutanées ou une gêne.

Tuesday 14th of May 2024 06:23:01 PM