

Prévention des infections

Conseils aux organismes communautaires

Direction de santé publique
Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière
Version intérimaire du 26 mars 2020

Document de travail – en amélioration continue¹

Ces conseils visent à outiller les organismes à prévenir la transmission du coronavirus et à limiter ses impacts sur les populations vulnérables et sur le fonctionnement des organismes communautaires (par exemple, limiter l'absentéisme dû au COVID-19). Plusieurs organismes offrent des services essentiels aux populations vulnérables, qui contribueront à diminuer les impacts de la pandémie sur ces dernières. Ces conseils visent à maintenir des services essentiels tout en minimisant les risques de transmission de l'infection.

Aucune mesure n'est parfaite : il est plutôt recommandé d'implanter plusieurs mesures en fonction des ressources de l'organisme et de sa mission. Toutes les mesures proposées n'ont pas à être implantées, puisqu'elles ne sont pas toutes applicables à la réalité de tous les organismes. Chacun fera du mieux qu'il peut pour prévenir la transmission des infections dans son milieu, ce qui fera appel à la créativité et à la capacité d'adaptation, une grande force des organismes communautaires. Les organismes sont les mieux placés pour adapter ces mesures à leur réalité, à leur fonctionnement et à leur clientèle.

Connaître comment le coronavirus se transmet peut aider à comprendre ces mesures, à les appliquer et à les adapter à sa réalité locale. Le coronavirus infecte le nez, la gorge et les poumons. Il se propage le plus souvent par :

- un contact étroit avec une personne infectée lorsque cette personne tousse ou éternue;
- un contact des mains avec des surfaces infectées puis avec la bouche, le nez ou les yeux.

Lorsque la personne tousse ou éternue, elle produit des gouttelettes qui peuvent rester dans l'air quelques secondes à quelques minutes et voyager jusqu'à 2 mètres. Les gouttelettes peuvent tomber sur des objets. En général, le coronavirus ne survit pas longtemps sur les objets : 3 heures environ sur les surfaces sèches. Le coronavirus peut toutefois survivre 6 jours sur des objets avec des surfaces humides. Les principales mesures de prévention impliquent donc l'hygiène des mains et la distance physique entre les personnes. De manière générale, les mesures organisationnelles (comme réaménager l'espace ou modifier les façons de faire pour diminuer les contacts entre les personnes) sont plus efficaces que les mesures individuelles (comme le port d'un masque), qui ne sont pas suffisantes à elles-seules.

Le CISSS de Lanaudière et sa direction de santé publique offriront du soutien conseil aux organismes dans l'implantation de ces mesures. Les procédures évolueront au cours de la pandémie, selon la situation dans la région. Cette trajectoire est proposée pour simplifier les communications et répondre plus efficacement aux besoins.

Trajectoire de communication et de soutien pour le milieu communautaire

Une trajectoire de communication est établie via les organisateurs communautaires de chaque territoire de MRC.

¹ Document adapté de : DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE LA CAPITALE NATIONALE. Prévention des infections. Conseils aux organismes communautaires. Québec, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la capitale-Nationale, Direction de santé publique, mars 2020, 10 p.

Conseils pour les organismes

Hygiène

- S'assurer que les employés, bénévoles, usagers et visiteurs appliquent les règles d'hygiène personnelles. On peut utiliser les affiches préparées par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/covid-19>
 - Se laver les mains souvent durant 20 secondes, c'est-à-dire : en entrant et en sortant de l'organisme; avant et après avoir mangé ou cuisiné, être allé aux toilettes, s'être mouché, avoir manipulé de la nourriture;
 - Éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche avec vos mains;
 - Dans la mesure du possible, garder une distance d'au moins 2 mètres (deux bras d'adultes) entre les personnes;
 - Rester à la maison et ne pas fréquenter l'organisme si vous êtes malades (toux, fièvre ou difficulté respiratoire) pour ne pas transmettre l'infection.
- Prévoir un endroit accessible pour se laver les mains avec de l'eau et du savon ou offrir une solution hydro-alcoolique (de type *Purell* ou *Microsan*).
- Mettre à la disposition des usagers des mouchoirs et des poubelles en quantités suffisantes.
- Nettoyer et désinfecter les surfaces fréquemment touchées le plus souvent possible : rampes, poignées de portes, tables, dossiers de chaise, comptoirs, boutons d'ascenseur, salle de bains, interrupteurs, téléphones, claviers, etc.
- Utiliser un produit nettoyant/désinfectant homologué et virucide. Sinon, utiliser une préparation d'eau de Javel : diluer 100 ml d'eau de Javel dans 900 ml d'eau. L'eau de Javel doit avoir une concentration entre 5,25 % et 6 % d'hypochlorite de sodium pour être efficace.
 - La solution d'eau de Javel doit être préparée dans une bouteille munie d'un bec verseur.
 - Une nouvelle solution tous les jours.
 - Indépendamment de la solution utilisée, le séchage des surfaces à l'air libre est recommandé. L'eau de Javel doit toujours être utilisée seule et ne pas être combinée à des produits de nettoyage.
- Les masques de procédures sont seulement un des nombreux outils de prévention disponibles. Ils sont efficaces dans certaines situations seulement et doivent être utilisés de manière judicieuse dans le contexte de ressources limitées. Les masques ne devraient être portés que par les personnes qui ont des symptômes de coronavirus et par les personnes qui les soignent (c'est-à-dire qui ont des contacts rapprochés et prolongés). En l'absence de masque de procédures, on peut rester à plus de 2 mètres (dans la mesure du possible) de la personne malade, puisque les gouttelettes projetées dans l'air retombent à moins de 2 mètres. Pour leur part les masques chirurgicaux ou de type N-95 sont utiles seulement pour certaines situations dans les milieux de soins.

Aménagement des lieux

Nous rappelons que les rassemblements intérieurs et extérieurs sont désormais interdits. Il est donc primordial de:

- Configurer les lieux pour diminuer les contacts entre les personnes :
 - Créer de l'espace entre les personnes qui sont dans la file d'attente (dans la mesure du possible, de garder une distance d'au moins deux mètres, entre chaque personne soit environ la longueur de 2 bras d'un adulte);
 - Créer de l'espace entre les personnes qui s'assoient à une table pour manger;
 - Diviser les personnes en petits groupes ou répartir les personnes dans différents locaux.

Aménagement des services

- Étaler les heures de services pour diminuer le nombre de personnes qui sont au même moment dans l'organisme (*par exemple, effectuer deux distributions alimentaires plutôt qu'une, si possible, ou faire la distribution alimentaire sur rendez-vous*).
- Limiter les manipulations d'objets, de sacs ou d'aliments par les employés et usagers et limiter le temps passé en groupe (lorsque ce n'est pas nécessaire). *Par exemple, un organisme de distribution alimentaire pourrait préparer des sacs ou des boîtes de nourriture à l'avance pour limiter les manipulations et le temps passé en groupe.*
- Demander qu'une seule personne par famille se présente à l'organisme (par exemple dans une distribution alimentaire).

Accueil des usagers

- Installer des affiches aux entrées. On peut utiliser les affiches préparées par le ministère de la Santé et des Services sociaux, par exemple : On reste à la maison et on sauve des vies! – COVID-19 <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-F-on-se-protege.pdf> ou Avis aux visiteurs: <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-207-05W.pdf>
- Demander aux usagers s'ils ont des symptômes, comme de la **fièvre, une toux nouvelle ou augmentée, ou de la difficulté à respirer** :
 - Demander aux personnes malades de retourner à la maison et les diriger vers les services de santé au besoin. Les personnes malades peuvent appeler au 1-877-644-4545, leur médecin de famille ou le médecin de famille du quartier (le 19 mars, le MSSS a annoncé que les médecins pourraient faire des consultations téléphoniques). Si les symptômes sont sévères, appeler le 911. En cas de situation particulière, communiquer avec les organisateurs communautaires ou avec les répondants du CISSS de Lanaudière (par exemple, pour un besoin de transport).

Adapter et maintenir les services essentiels

- Réfléchir à des moyens pour continuer d'offrir des services essentiels aux personnes âgées (70 ans et plus) ou aux personnes atteintes de maladies chroniques, dans la mesure du possible et en limitant le risque de transmission du coronavirus : soutien téléphonique ou par des applications mobiles, soutien à domicile, accès séparé des autres usagers, etc.
- Réfléchir à des moyens pour continuer d'impliquer les bénévoles âgés ou atteints de maladies chroniques, s'ils le souhaitent : tâches à distance de leur domicile, etc.
- Développer une politique d'absentéisme et de congés de maladie flexibles. Le personnel et les bénévoles peuvent avoir besoin de rester à la maison lorsqu'ils sont malades, qu'un membre de leur famille est malade ou en cas de fermeture d'école de leurs enfants (Source : MSSS).
- Identifier les fonctions et les postes critiques et planifier comment leur poursuite pourra être assurée (ex. : former de nouveaux membres du personnel dans divers postes essentiels) (Source : MSSS).
- Identifier les services non essentiels que vous pourriez fermer (Source : MSSS).
- Prévoir suffisamment de matériel (nourriture, savon pour les mains, produits d'entretien, etc.).

Conseils pour les intervenants qui vont à domicile ou qui rencontrent des personnes de manière prolongée (par exemple, 15 minutes et plus)

Les conseils précédents, particulièrement sur l'hygiène, s'appliquent aussi aux intervenants qui rencontrent des usagers à domicile ou qui rencontrent des personnes de manière prolongée (par exemple, 15 minutes ou plus). Les prochains conseils s'adressent à ces intervenants, en supposant qu'ils n'effectuent pas de soins à la personne et qu'ils n'ont pas de contact physique. Ces sont les mesures de base qui diminuent la transmission du coronavirus, mais aussi des autres virus comme la grippe et la gastro-entérite. Les mesures de base sont utiles en tout temps puisqu'on ne peut pas toujours savoir si la personne peut transmettre le coronavirus ou un autre virus.

Mesures de base

- Considérer une rencontre par téléphone ou internet, si possible.
- Prévoir des mouchoirs et du gel (solution hydroalcoolique).
- Laver ses mains avant la rencontre (pour ne pas introduire de germes chez la personne) et après la rencontre (pour se protéger et protéger les prochains usagers).
- Apporter le moins de matériel possible à l'intérieur du domicile.
- Utiliser d'autres salutations que la poignée de main.
- Éviter de toucher ses yeux, sa bouche et son nez durant la rencontre.
- Garder une distance d'au moins 2 mètres (dans la mesure du possible) avec l'utilisateur.
- Le masque de procédure n'est pas nécessaire d'emblée, comme expliqué précédemment.

Plusieurs intervenants se questionnent sur les rencontres avec des personnes atteintes de coronavirus.

Certaines personnes ont reçu la consigne de rester en isolement à domicile et de minimiser leurs contacts : par exemple, les voyageurs, les personnes ayant des symptômes de coronavirus, les personnes atteintes du coronavirus ou les personnes âgées de 70 ans et plus. Ces personnes devraient en informer les intervenants avant la visite ou au moment de la visite. Si un organisme le souhaite, il pourrait demander aux usagers d'avertir à l'avance s'ils ont des symptômes de coronavirus afin de prévoir des alternatives ou de référer aux services du CISSS de Lanaudière. Il est à noter que les personnes qui vivent avec une personne en isolement à domicile ne sont pas en isolement d'emblée. *Par exemple, une dame peut être isolée parce qu'elle a des symptômes de coronavirus, sans que son conjoint le soit. L'intervenant peut alors rencontrer ce conjoint en appliquant seulement les mesures de base et en restant à plus de 2 mètres de la dame (dans la mesure du possible).*

Précisions pour les services de livraison à domicile (par exemple, les popotes roulantes) : l'intervenant peut cogner et déposer le plat à la porte, afin de diminuer les contacts physiques. Il peut compléter en appelant la personne si une conversation est souhaitée, par exemple pour briser l'ennui. Pour plus d'information, consulter la fiche du ministère intitulée Popotes roulantes : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2019/19-210-37W.pdf>

Conseils pour les ressources qui offrent de l'hébergement

Accueil et référence de la clientèle

- Lavage des mains ou usage d'un produit antiseptique pour tous, dès l'entrée.
- Vérifier les symptômes/poser les questions : Pensez-vous faire de la fièvre? Toussez-vous? Avez-vous de nouveaux symptômes de grippe? Si oui, diriger la personne symptomatique vers une zone d'isolement (voir le dernier picto sous *Aménagement des lieux*).
- Consulter au besoin Info-Santé et Info-Social en composant le 811 ou le 1-877-644-4545.

Aménagement des lieux

- Dans la mesure du possible, tenir une liste des usagers présents dans l'organisme, si cas positif de COVID-19 il sera plus facile pour la Direction de santé publique de retracer les contacts étroits ou communautaires du cas.
- Établir un plan de gestion des lits (section de quarantaine) dans la mesure du possible.
- Disposer les lits et les chaises à distance de 3 pieds dans la mesure du possible.
- Disposer les lits en position « pied-pied » si possible.
- Si un usager présente des symptômes :
 - S'assurer de mettre cette personne en retrait des autres (pièce différente) si possible.
 - Si la configuration de l'organisme le permet, demander à l'usager de rester dans la chambre ou l'appartement selon le cas.

Aménagement des services

- Modifier l'organisation des services afin de diminuer la mobilité des personnes, par exemple, arrêter les périodes de carences dans les services d'hébergement d'urgence et prolonger les heures d'ouverture.

Nettoyage et désinfection de l'environnement

Les poubelles doivent être vidées de façon régulière, leur prévoir un couvercle au besoin (ex. : si elles risquent d'être fouillées).

Ce qui doit être nettoyé et désinfecté :

- Les surfaces et les objets qui sont fréquemment touchés (ex. : poignées de porte, rampes, lumières, comptoirs, lavabos, tables, chaises, lits);
- Les souillures visibles (ex. : crachats) et les surfaces ou objets souillés;
- Les aires communes, la cuisine, les toilettes publiques ou partagées, minimalement 3 fois par jour ou plus selon la fréquentation des lieux;
- Espaces où un usager a eu des symptômes respiratoires ou gastro-intestinaux (lits, tables et chaises ou la personne a mangé, etc.).

Produits à utiliser pour la désinfection

Utiliser un produit nettoyant/désinfectant **homologué et virucide**. Sinon, utiliser une préparation d'eau de Javel : diluer 100 ml d'eau de Javel dans 900 ml d'eau. L'eau de Javel doit avoir une concentration entre 5,25 % et 6 % d'hypochlorite de sodium pour être efficace.

- La solution d'eau de Javel doit être préparée dans une bouteille munie d'un bec verseur.
- Une nouvelle solution tous les jours.
- Indépendamment de la solution utilisée, le séchage des surfaces à l'air libre est recommandé. L'eau de Javel doit toujours être utilisée seule et ne pas être combinée à des produits de nettoyage.

Associée à d'autres produits, l'eau de Javel est encore plus néfaste : veillez à ne jamais mélanger l'eau de Javel avec du vinaigre blanc ni à en verser dans les toilettes s'il reste de l'urine : associée à un acide, l'eau de Javel provoque l'émanation de gaz très toxiques.

Pour nettoyer le plancher ou les autres surfaces contaminées par du sang, des selles, des vomissements ou un autre liquide biologique, il est recommandé d'absorber d'abord les souillures avec des lingettes jetables, puis de les déposer dans un sac en plastique pour les jeter aux ordures. Ensuite, on nettoie et désinfecte la surface.

Comment utiliser un désinfectant?

- Respecter les instructions du fabricant pour la dilution et la durée de conservation après la dilution;
- Respecter le temps de contact recommandé par le fabricant (c'est-à-dire le temps durant lequel la surface doit rester en contact avec le produit) pour assurer une efficacité maximale de désinfection.
- Ne jamais mélanger des produits, car certains mélanges peuvent émettre des vapeurs nocives et dangereuses.
- S'assurer que les conditions d'utilisation sont sécuritaires pour toutes les personnes susceptibles d'être en contact avec le produit ou ses émissions :
 - Fermer le couvercle du produit désinfectant tout de suite après l'utilisation;
 - S'assurer que l'information concernant les risques pour la santé et la sécurité liés à l'utilisation du produit est disponible (fiche signalétique).
- Conditions d'entreposage du désinfectant :
 - Conserver le produit hors de la portée des résidents, dans un endroit sécuritaire;
 - Éviter d'exposer le produit à la lumière ou à une température trop élevée. Par exemple, ne pas conserver l'eau de Javel dans un contenant transparent ou la verser dans de l'eau chaude. L'eau de Javel devrait être utilisée avec de l'eau tiède;
 - Conserver le produit dans un récipient approprié. L'eau de Javel ne peut pas être conservée dans un contenant en métal, car elle réagit avec cette matière. Pour éviter toute contamination microbienne et la perte d'efficacité du produit, il faut respecter les consignes suivantes;
 - Conserver le désinfectant dans son contenant d'origine et le tenir fermé;
 - Noter la date d'ouverture sur le contenant;
 - Ne pas mélanger le contenu des contenants entamés, de la même marque ou de marque différente;
 - Préparer (diluer) seulement la quantité nécessaire pour usage immédiat;
 - Respecter la date de péremption, qui correspond à la durée de conservation du produit d'origine non ouvert.

Manipulateurs d'aliments

Cuisines et comptoirs de service

Les surfaces de travail, les comptoirs, les planches à découper, les ustensiles, les assiettes, les lingettes et tout ce qui a été en contact avec les aliments doivent être lavés et désinfectés.

La vaisselle et les ustensiles utilisés doivent être nettoyés et désinfectés au lave-vaisselle ou à la main, en respectant les six étapes suivantes :

1. Le prélavage, c'est-à-dire le rinçage sous l'eau, de la vaisselle souillée;
2. Le lavage avec un produit nettoyant;
3. Le rinçage;
4. La désinfection, qui consiste à rincer et à tremper la vaisselle et les ustensiles pendant au moins deux minutes dans une solution d'eau javellisée ou un désinfectant reconnu efficace;
5. Le rinçage;
6. Le séchage, à l'air libre ou avec un linge propre.

Les surfaces, les planches à découper et les comptoirs de cuisine doivent être lavés à l'eau savonneuse, rincés à l'eau claire et désinfectés avec un produit reconnu efficace après chaque usage.

Manipulation des aliments :

- Se laver les mains :
 - avant et après la manipulation d'aliments;
 - après être allé aux toilettes et après avoir toussé, éternué;
 - après avoir touché une surface souillée.
- Éviter d'utiliser la même planche à découper, le même ustensile pour les aliments crus et les aliments cuits ou prêts à servir afin de prévenir la contamination croisée (lorsque des aliments cuits ou prêts à manger entrent en contact avec un ustensile).

Provision de matériel

- Prévoir suffisamment de fournitures (nourriture, savon pour les mains, produits d'entretien, etc.). Un approvisionnement de quatre à huit semaines est recommandé.
- Avoir des papiers-mouchoirs et des poubelles en quantité suffisante.

Renseignements supplémentaires

Que se passe-t-il lorsqu'un a un test positif pour le coronavirus ?

Lorsqu'une personne a un test positif pour le coronavirus, la Direction de santé publique est aussitôt informée. Elle rejoint la personne, l'informe du résultat, et lui demande de rester en isolement à domicile. Elle lui transmet des conseils précis pour ne pas transmettre l'infection. Elle évalue aussi la capacité de cette personne et de son milieu à appliquer cet isolement et ces recommandations. Elle effectue aussi un suivi téléphonique quotidien avec la personne.

Il arrive qu'une personne ne puisse rester dans le milieu où elle est, par exemple parce qu'elle vit dans une chambre partagée, dans un dortoir ou qu'elle doit partager des cuisines et salles de bain communes. La Direction de santé publique évaluera la situation et collaborera avec le milieu et avec les autres directions du CISSS de Lanaudière pour trouver une alternative.

La Direction de santé publique évaluera les contacts que la personne a eus lorsqu'elle était contagieuse, et avertira les personnes ayant eu un contact significatif. Elle avertira les milieux où des contacts significatifs peuvent avoir eu lieu. Elle évalue chaque situation au cas par cas et collaborera avec le milieu concerné et avec les autres directions du CISSS de Lanaudière au besoin.

Ressources de soutien pour les usagers et employés

Fiche « Stress, anxiété et déprime associées à la maladie à coronavirus (COVID-19)

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002471/?&date=DESC& sujet=covid-19&critere=sujet>

Fiche « Mon enfant est inquiet en raison de la pandémie : comment le soutenir ? »

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002478/?&date=DESC& sujet=covid-19&critere=sujet>

Ligne téléphonique COVID-19 du gouvernement du Québec : 1-877-644-4545 (sans frais)

Certaines personnes ont reçu la demande de rester à la maison puisqu'elles sont malades, mais ont besoin de soutien psychosocial. Elles peuvent appeler à la Croix-Rouge (1 800 863-6582) ou au service Info-Social (811). La Croix-Rouge offre un service téléphonique pour briser l'isolement social et s'assurer que les personnes en isolement connaissent les ressources disponibles pouvant répondre à leurs besoins.

Informations complémentaires pour les organismes

Affiches et autres publications du ministère de la Santé et des Services sociaux :

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/covid-19>

Fiche « Conseils et mesures préventives destinées aux ressources en itinérance au Québec » :

<https://msss.gouv.qc.ca/professionnels/documents/coronavirus-2019-ncov/COVID-itinerance-2020-03-13.pdf>

Fiche « Les populations vulnérables et le COVID-19 » :

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/populations-vulnérables-covid-19.html>

Conseils et mesures d'aide pour les employeurs :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>

Documents multilingues et Fiches statut d'immigration et accès aux soins :

https://accesss.net/informations-multilingues-sur-le-coronavirus-covid-19/?fbclid=IwAR1MCMWp6U7Zv8XZC-sIbP8mxeKKEC2YV7kZSI2Bn-yo_URZFkAvF5_82o

COVID-19 - Questions-réponses pour les clientèles du MAPAQ :

https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Avis_Publicite/Pages/COVID-19_QuestionsReponses.aspx

Références

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE LA CAPITALE NATIONALE. Prévention des infections. Conseils aux organismes communautaires. Québec, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la capitale-Nationale, Direction de santé publique, mars 2020, 10 p.

Guide RPA mise à jour 2019

MSSS deuxième lien : <https://msss.gouv.qc.ca/professionnels/documents/coronavirus-2019-ncov/COVID-itinerance-2020-03-13.pdf>