

Pourquoi préconise-t-on le port de masque chirurgical pour tous les salariés de la RATP ?

L'Académie nationale de Médecine, rejoint par la Société de Pneumologie de Langue Française ou encore par la Fondation du Souffle, et divers spécialistes ont préconisé le port de masque en population générale dans le cadre de l'épidémie de la Covid-19.

Porter un masque, c'est se protéger et protéger les autres.

Quelles sont les différences entre les masques chirurgicaux, FFP et alternatifs ?

Masques chirurgicaux



Un masque chirurgical est un dispositif médical (norme NF EN14 683) destiné à **éviter la projection vers l'entourage des gouttelettes émises par celui qui porte le masque. Il protège également celui qui le porte contre les projections de gouttelettes**

émises par une personne en vis-à-vis. En revanche, il ne protège pas contre l'inhalation de très petites particules en suspension dans l'air. On distingue trois types de masques :

- Type I : efficacité de filtration bactérienne > 95 % d'un aérosol de taille moyenne 3 µm.
- Type II : efficacité de filtration bactérienne > 98 % d'un aérosol de taille moyenne 3 µm.
- Type IIR : efficacité de filtration bactérienne > 98 % d'un aérosol de taille moyenne 3 µm et résistant aux éclaboussures.

Masques FFP



Un masque FFP est un appareil de protection respiratoire (norme NF EN 149). Il est destiné à **protéger celui qui le porte contre l'inhalation à la fois de gouttelettes et de particules en suspension dans l'air.** Le port de ce type de

masque est moins confortable à l'usage (inconfort thermique, résistance respiratoire) que celui d'un masque chirurgical. Il existe trois catégories de masques FFP, selon leur efficacité (estimée en fonction de l'efficacité du filtre et de la fuite au visage). On distingue :

- Les masques FFP1 filtrant au moins 80 % des aérosols de taille moyenne 0,6 µm (fuite totale vers l'intérieur < 22 %).
- Les masques FFP2 filtrant au moins 94 % des aérosols de taille moyenne 0,6 µm (fuite totale vers l'intérieur < 8 %).
- Les masques FFP3 filtrant au moins 99 % des aérosols de taille moyenne 0,6 µm (fuite totale vers l'intérieur < 2 %).

Masques alternatifs



Compte-tenu de la pénurie des masques médicaux, réservés aux professions de santé, des masques alternatifs en tissu dits « grand public » ont été homologués suite à une note du Ministère de la santé, de l'économie et des finances, et du Ministère

du travail datant du 29 mars 2020.

Les masques alternatifs de catégorie 1 filtrent au moins 90% des particules de 3µm et sont destinés aux populations amenées à être en contact avec du public dans le cadre de leurs activités professionnelles. Les masques de catégorie 2 sont destinés à l'usage

d'individus ayant des contacts occasionnels avec d'autres personnes, dans le cadre professionnel. La catégorisation de ces masques est validée par la DGA (Direction Générale des Armées). Il est important également de noter le nombre de lavages possible selon le masque et de ne pas le dépasser.

Le masque chirurgical est-il plus efficace que le masque alternatif en tissu ?

Ces deux types de masques ne répondent pas aux mêmes normes. Le masque chirurgical est un dispositif médical qui répond à la norme NF EN 14683 et normes équivalentes à l'international.

Les masques en tissu sont à destination du « grand public », hors du système de santé. Ils répondent à un cahier des charges établi par l'Agence Nationale de Sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) et en lien avec l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES).

Les capacités de filtration maximales dans les bonnes conditions d'utilisation sont :

- masque chirurgical de type I : > 95 % (taille des aérosols 3 µm)
- masque chirurgical de type II : > 98 % (taille des aérosols 3 µm)
- masques FFP2 : au moins 94 % (taille des aérosols 0,6 µm)
- masques alternatifs de catégorie 1 : au moins de 90% (taille des aérosols 3 µm)
- masques alternatifs de catégorie 2 : au moins de 70% (taille des aérosols 3 µm)

Combien de temps peut-on porter les masques ?

La durée du port de masque dépend du type de masque et des conditions d'utilisation.

Pour le masque chirurgical et alternatif en tissu, il est recommandé de limiter la durée à environ 4 heures en respectant les conditions d'utilisation et dans un environnement non humide.

Pour le masque FFP2, théoriquement réservé au milieu médical, compte-tenu de la pénurie, sa durée d'utilisation a été portée à 8 heures.

Le port prolongé du masque pourrait-il causer une hypoxie ou présenter un danger pour la santé ?

Le port du masque de type chirurgical peut causer un inconfort, qui peut être augmenté notamment lors des efforts physiques. En revanche, on ne retrouve pas d'argument en faveur d'un risque d'hypoxie ou d'hypercapnie dans les données de la littérature médicale et scientifique.

En France, ces masques répondent à la norme NF EN 14683 : 2019 « Masques à usage médical, exigences et méthodes d'essais » ou à des normes étrangères reconnues comme équivalentes et qui permettent de démontrer les performances du masque en termes d'efficacité mais également de respirabilité. Ainsi, aucune contre-indication majeure au port de masque n'a été rapportée.

En cas de gêne respiratoire ou d'inconfort important lié au port du masque mis à disposition, il ne faut pas hésiter à en référer à son médecin traitant ou son médecin du travail pour avis médical.

En ce qui concerne le masque FFP2, compte-tenu de la résistance respiratoire plus élevée, la gêne ressentie peut être majorée.

En revanche, il est déconseillé d'utiliser un FFP2 avec valve pour éviter la dissémination du virus dans l'environnement.

Le port de masque augmenterait-il le risque d'accident de la voie publique ?

Ni les pouvoirs publics, ni la sécurité routière n'ont à ce jour émis d'alerte sur ce sujet.

Existe-t-il des contre-indications au port du masque, par exemple en cas de pathologies pulmonaires chroniques ?

Aucune pathologie, y compris respiratoire ou ORL, ne contre-indique le port du masque.

Le port du masque peut-il entraîner des effets secondaires ?

Les principaux effets secondaires rapportés dans la littérature sont des signes cutanés : allergie ou irritation cutanée. Il est important de les faire objectiver par un médecin. Un masque de type ou de marque différent ou encore un masque alternatif en tissu en substitution d'un masque chirurgical pourra être proposé en fonction de l'évaluation du risque.

Les environnements humides peuvent-ils impacter la durée de vie des masques ? Faut-il changer le masque après avoir éternué ou transpiré ?

Un masque humide doit être changé car la capacité de filtration peut être altérée. Un simple éternuement n'entraîne pas d'humidité telle qu'il soit nécessaire de changer de masque. En revanche, en cas d'éternuements itératifs, de sudation excessive (fortes chaleurs) ou d'exposition à la pluie, la capacité de filtration du masque pourrait être altérée par l'humidité importante. En cas de sudation, il pourrait être utile de remplacer le masque chirurgical par un masque alternatif en tissu de catégorie 1.

J'ai de la buée sur les lunettes quand je porte le masque.

Que faire ?

Pour augmenter l'étanchéité du masque et ainsi diminuer ce phénomène de condensation d'air, il faut ajuster la bandelette supérieure du masque au niveau du nez et des pommettes puis venir placer ses lunettes par-dessus le masque. Il convient d'éviter une manipulation trop importante du masque une fois mis en place. Plus l'étanchéité du masque sera importante, moins ce phénomène se reproduira. Il existe quelques astuces pour renforcer la bonne adhérence du masque au visage (par exemple positionner un sparadrap hypoallergénique sur l'arête du nez). Ce phénomène sera naturellement moins important en été car il y a moins de différence de température entre l'air sortant du masque et l'air extérieur.

Puis-je me resservir de mon masque et que faire après usage ?

Non. Une fois utilisé, il est potentiellement souillé. Il doit être jeté soit directement dans une poubelle avec couvercle, soit d'abord placé dans un sachet fermé avant de le jeter à la poubelle.

L'organisation du travail m'oblige à retirer mon masque, puis-je le garder pour le remettre plus tard ?

Non, une fois enlevé, le masque doit être jeté.

Si je veux boire ou manger un encas brièvement, que dois-je faire avec le masque ?

Après vous être lavé les mains, vous pouvez retirer l'élastique d'un côté en veillant à ne toucher ni l'intérieur, ni l'extérieur du masque pour vous alimenter. Vous vous relaverez les mains avant de repositionner l'élastique. Se référer à la vidéo réalisée par le SST.



Retirez l'élastique d'un côté en faisant bien attention de ne pas toucher avec les mains l'intérieur du masque

Buvez normalement

Repositionnez l'élastique derrière l'oreille et réajustez le masque

Dois-je garder mon masque aux toilettes ?

Oui, d'autant qu'il s'agit de locaux parfois mal ventilés. Vous veillerez à respecter la distanciation physique.

Faut-il laver le masque en tissu avant de le porter ?

Il est conseillé de laver une première fois le masque en tissu avant de le porter pour enlever les apprêts et ainsi réduire le risque d'allergie ou d'intolérance cutanée potentiellement causé par les étoffes neuves. Le lavage doit se faire à 60 degrés pendant au moins 30 minutes. Dans ces conditions, le lavage peut être réalisé avec d'autres vêtements ou linges acceptant un lavage à cette température. Le séchage peut se faire à l'air libre ou en machine.

Le lavage ne réduit pas l'efficacité du masque à condition de respecter le nombre de lavages préconisés par le fabricant.

Pourquoi faut-il continuer à porter un masque si l'agent est complètement isolé à son poste (poste de travail, poste de conduite...)?

En plus de protéger le porteur, le masque a pour but d'éviter la propagation de gouttelettes sur des surfaces, dont le poste de travail. Ainsi, lorsqu'il est porté par l'ensemble du collectif de travail, le masque permet de réduire significativement le risque de contamination, surtout dans les espaces partagés comme les postes de conduite. Le port du masque est donc également un geste altruiste.

J'ai partagé un poste de travail avec un collègue qui portait un masque chirurgical et FFP2 et qui a été testé positif pour le Covid, que dois-je faire ?

Selon la définition de Santé Publique France du 7 mai 2020, vous ne serez pas considéré comme un contact à risque que vous portiez ou non un masque.

J'ai partagé un poste de travail avec un collègue qui portait un masque alternatif et qui a été testé positif pour le Covid, que dois-je faire ?

Selon la définition de Santé Publique France du 7 mai 2020, vous serez considéré comme un contact à risque uniquement si vous même ne portiez pas de masque.

Le port d'une barbe ou d'une moustache a-t-il un impact ?

Le port d'une moustache ou d'une barbe peut réduire l'étanchéité du masque et donc réduire l'efficacité dudit masque.

Les mesures barrières sont-elles maintenues avec le port du masque ?

Le port du masque ne remet pas en cause le maintien des mesures barrières, notamment le respect de la distanciation physique. En période épidémique, il doit être considéré comme une mesure complémentaire aux mesures barrières en vigueur.

Les masques ont-ils une date de péremption ?

Pour les masques chirurgicaux, la DLU (Date Limite d'Utilisation) est indiquée en général sur la boîte contenant les masques conformément au certificat du fabricant.

Certains masques chirurgicaux peuvent ne pas avoir de date de péremption. Ils pourront être utilisés après vérification de leur apparence, du bon état des fixations et du respect des conditions de stockage (zones sèches et bien ventilées avec une température comprise entre 15 et 25° C). Si un masque s'avérait défectueux (élastique qui cède notamment), il conviendra de le changer.

J'ai lu de nouvelles informations sur les masques. Comment m'assurer que ce n'est pas une fausse information ('fake news') ?

Vous avez raison de vous méfier car de nombreuses fausses informations fleurissent sur la toile. N'hésitez pas à vous adresser à votre médecin du travail.