

## Masques, écrans faciaux et exemptions

### **Quel type de masque dois-je porter dans les lieux publics lorsque je ne peux pas rester à deux mètres (six pieds) des autres?**

Vous devez porter un masque non médical en papier jetable ou en tissu. Les masques médicaux, comme les N95, ne sont pas nécessaires pour les membres du public et devraient être réservés aux travailleurs de la santé. Les masques doivent avoir deux ou plusieurs couches qui couvrent votre nez et votre bouche. Ils doivent être bien ajustés sur les côtés de votre visage et sous votre menton.

### **De quel matériau mon masque doit-il être fait?**

Les masques doivent être constitués de deux ou plusieurs couches de tissu lavable et perméable à l'air, par exemple le coton. Vous devez éviter les masques faits d'un tissu qui rend la respiration difficile, par exemple le vinyle. Vous pouvez aussi utiliser des masques jetables. Ces masques doivent être mis à la poubelle lorsqu'ils sont souillés.

### **Quelle est la bonne façon de porter un masque?**

Les masques doivent couvrir votre nez et votre bouche et être bien ajustés sur les côtés de votre visage et sous votre menton.

Ne portez pas votre masque autour du cou, sur le front, sous le nez, sur le menton ou suspendu à une oreille ou à un bras. Un petit sac en plastique est un endroit sûr où ranger votre masque lorsque vous ne le portez pas.

### **Puis-je porter un masque muni d'un évent ou de valves?**

Non. Les événements ou les valves des masques permettent aux particules virales de s'échapper et ne sont pas recommandés pendant la pandémie de COVID-19.

### **Que conseillez-vous à ceux qui portent des lunettes et qui ont du mal à porter un masque?**

Les masques qui s'ajustent étroitement sur votre nez ou qui sont munis d'un fil de fer pour le nez ont tendance à limiter la formation de buée. Pour trouver le masque qui vous convient le mieux, vous devrez peut-être essayer plusieurs styles. Vous pouvez également faire traiter les verres de vos lunettes pour limiter la formation de buée.

### **Est-il acceptable de porter un écran facial ou buccal au lieu d'un masque?**

Non. Les écrans faciaux et buccaux ne sont pas aussi efficaces pour prévenir la transmission des virus, car ils ne retiennent pas efficacement les gouttelettes provenant des voies respiratoires, comme la salive et le mucus.

### **Quand est-il approprié d'utiliser un écran facial?**

Un écran facial est destiné à être utilisé avec un masque et sert principalement à protéger les yeux de la personne qui le porte. Les professionnels de la santé portent des écrans faciaux, ainsi que des masques et d'autres équipements de protection pour se protéger et protéger les patients contre l'infection par le virus causant la COVID-19.

Des renseignements supplémentaires sont disponibles [ici](#).

### **Est-il acceptable de porter un cache-cou, un foulard ou un bandana au lieu d'un masque?**

Non. Les cache-cous, les foulards et les bandanas ne peuvent pas être portés à la place du masque pour se protéger contre la COVID-19. Ils ne sont pas aussi efficaces pour prévenir la transmission des virus, car ils ne retiennent pas efficacement les gouttelettes provenant des voies respiratoires, comme la salive et le mucus.

### **Les personnes souffrant d'asthme, d'une maladie pulmonaire ou d'autres problèmes respiratoires peuvent-elles porter un masque?**

Oui, les personnes souffrant d'asthme ou d'autres problèmes respiratoires peuvent porter un masque. L'Association pulmonaire du Canada, la Société canadienne de thoracologie et Asthma Canada appuient sans exception toutes les recommandations de santé publique sur le port du masque comme mesure de protection contre la COVID-19.

### **Quelles sont mes options si j'ai de la difficulté à porter un masque ou si je me sens incapable de le porter?**

Nous recommandons aux personnes qui ont de la difficulté à porter un masque d'essayer différents styles jusqu'à ce qu'elles trouvent celui qui leur convient le mieux. Les masques peuvent s'attacher derrière les oreilles ou derrière la tête et sont disponibles sous différentes formes, notamment plissés et ajustés. Ils peuvent être fabriqués en différents tissus, comme le coton, ou en papier jetable. Des dispositifs comme des bandeaux et des chapeaux munis de boutons ou d'agrafes pour accrocher les élastiques sont également disponibles pour soulager la pression sur les oreilles.

Les personnes souffrant d'anxiété légère ou de claustrophobie peuvent consulter leur fournisseur de soins de santé pour se renseigner sur les techniques d'adaptation.

### **Qui est exempté du port du masque?**

Certaines personnes sont incapables de porter un masque pour diverses raisons. Il est important de se rappeler que ces raisons ne sont pas toujours visibles pour les autres. Les gens du Nouveau-Brunswick devraient toujours faire preuve de gentillesse, de respect et de compréhension les uns envers les autres.

## Bureau du médecin-hygiéniste en chef

Des exemples de personnes qui ne sont pas tenues de porter un masque sont fournis ci-dessous :

- les enfants de moins de deux ans;
- les personnes qui, en raison d'une déficience cognitive, d'une incapacité connexe, d'un trouble du développement neurologique ou d'un grave problème de santé mentale, ne peuvent pas satisfaire à l'exigence;
- les personnes qui sont inconscientes, frappées d'incapacité ou autrement incapables d'enlever leur masque sans aide;
- les situations qui incluent les personnes sourdes ou malentendantes qui se fient à la lecture labiale, à des sons clairs ou à des expressions faciales pour communiquer;
- les personnes qui reçoivent un traitement médical ou un service nécessitant l'enlèvement du masque. Dans ces cas, elles doivent seulement enlever leur masque ou leur couvre-visage pour la durée du traitement ou du service;
- conformément à la *Loi sur l'hygiène et la sécurité au travail* et à ses règlements, appliqués par Travail sécuritaire NB, les personnes qui travaillent ou exercent leur profession dans un lieu accessible au public sont exemptées du port du masque si ce lieu est fermé ou partiellement recouvert d'une barrière physique. Les personnes pour lesquelles le port du masque créerait un risque pour la santé et la sécurité au travail seraient également exemptées, conformément aux lignes directrices en matière de santé et de sécurité au travail.

Il est encore plus important pour les personnes exemptées du port du masque de se tenir à deux mètres des autres, de se laver ou de se désinfecter les mains fréquemment et de se faire tester en cas de malaise, même si les symptômes sont légers. Il est également recommandé aux personnes exemptées de porter un masque ou un couvre-visage d'éviter, dans la mesure du possible, les endroits achalandés où le port du masque est obligatoire et de prévoir de faire leurs courses en dehors des heures de pointe quand les magasins sont moins fréquentés ou de se faire livrer les marchandises si possible.

### Ressources

- *Port d'un masque artisanal en public pour aider à réduire la propagation de la COVID-19* : <https://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Departments/h-s/pdf/MASQUE.pdf>
- Conseils pour le port du masque destinés aux asthmatiques : <https://asthma.ca/asthma-and-covid-19-coronavirus/> (en anglais)
- Association pulmonaire du Canada : <https://www.poumon.ca/sant%C3%A9-pulmonaire/maladies-pulmonaires/covid-19-coronavirus-fr/faqs>
- Société canadienne de thoracologie : <https://cts-sct.ca/covid-19/l'utilisation-de-masques-faciaux-par-le-public-pendant-la-pandemie/?lang=fr>
- Conseils pour combattre l'anxiété causée par le port du masque : <https://www.psychologytoday.com/us/blog/erasing-stigma/202006/how-combat-mask-anxiety> (en anglais)