



À LA SUITE D'UN CONTACT AVEC UNE PERSONNE ATTEINTE DE LA COVID-19 :

## Comment savoir si l'on est à risque?

Au fur et à mesure que le contexte évolue (nombre de cas, nouvelles connaissances, arrivée de variants, etc.), la Santé publique révisé son approche dans l'évaluation des risques chez les personnes ayant été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19.

Quand une personne a eu un contact avec une personne infectée, la Santé publique détermine le type de contact. Selon le niveau de risque, des consignes différentes s'appliquent :



### CONTACT À RISQUE ÉLEVÉ

Les personnes doivent être en isolement strict à la maison pour une période de 14 jours suivant le dernier contact avec la personne atteinte de la COVID-19. La Santé publique recommandera de passer un test de dépistage. Même si le résultat est négatif, les personnes doivent poursuivre l'isolement.



### CONTACT À RISQUE MODÉRÉ



### CONTACT À RISQUE FAIBLE

Les personnes n'ont pas à s'isoler, mais doivent demeurer prudentes et surveiller de près l'apparition de symptômes. Dans certaines circonstances, la Santé publique demandera un test de dépistage.

## Niveaux de risque

### COMMENT EST ÉVALUÉ LE NIVEAU DE RISQUE?

Plusieurs éléments sont considérés par la Santé publique pour déterminer le niveau de risque :

- la distance entre la personne positive et la personne ayant été en contact;
- la durée du contact;
- le port adéquat d'un masque de qualité;
- le lieu et la nature du contact.

Il existe trois niveaux de risque. Voici les personnes concernées pour chacun des risques :

#### RISQUE ÉLEVÉ



- Personne vivant sous le même toit (sauf si elle n'a eu aucun contact avec la personne atteinte de la COVID-19);
- Proche aidant (sauf si la personne a respecté toutes les mesures recommandées lors des soins);
- Par un contact direct avec les sécrétions de la personne atteinte de la COVID-19 (ex. baiser, relation sexuelle, partage de cigarette, de vapoteuse, de verre ou de nourriture, etc.).

#### RISQUE MODÉRÉ



Personne ayant eu l'un des contacts suivants avec un cas positif :

##### CONTACT 1



Distance de 2 mètres ou plus avec la personne positive pendant 60 minutes ou plus dans un endroit intérieur bondé;



La personne atteinte de la COVID-19 ou la personne ayant été en contact avec elle ne portait pas le masque de qualité adéquatement pendant toute la durée du contact;



L'activité pratiquée est considérée à risque puisqu'elle implique des interactions en face à face (p. ex. chanter, jouer d'un instrument à vent, crier, parler fort, pratiquer une activité physique intense ou se déplacer souvent).

##### CONTACT 2



Moins de 2 mètres de distance avec la personne positive pendant 15 minutes ou plus (sur une période de 24 heures);



La personne atteinte de la COVID-19 ou la personne ayant été en contact avec elle ne portait pas le masque de qualité adéquatement pendant toute la durée du contact.



Moins de 2 mètres de distance avec la personne positive pendant moins de 15 minutes;



La personne atteinte de la COVID-19 ou la personne ayant été en contact avec elle ne portait pas le masque de qualité adéquatement pendant toute la durée du contact;



La situation ou l'activité est considérée à plus haut risque. Par exemple :

- En face à face avec échange de paroles, câlins ou bises;
- Covoiturage;
- Toux ou éternuements par le cas positif;
- Pratique d'une activité à risque (p. ex. chanter, jouer d'un instrument à vent, crier, parler fort, pratiquer une activité physique intense ou se déplacer souvent).

### Par exemple :



### RISQUE FAIBLE

Toutes les autres personnes ayant été en contact avec un cas positif et ne répondant pas aux critères de risque modéré ou élevé.

## Masques de qualité

Pour déterminer à quel niveau de risque correspond un contact avec une personne atteinte de la COVID-19, la Santé publique se fiera notamment au type de masque porté. Plus précisément, elle vérifiera si le masque était de qualité et s'il était porté adéquatement **autant par le contact que par la personne positive**.

### QU'EST-CE QU'UN MASQUE DE QUALITÉ?

Pour que le masque soit considéré de qualité, il doit s'agir :

- d'un masque attesté par une norme reconnue, par exemple : ASTM F2100 (niveau 1, 2 ou 3) ou EN 14683 type IIR;
- d'un masque attesté par le Bureau de normalisation du Québec, par exemple : présence du logo BNQ 1922-900.

Ce n'est pas parce que vous achetez un masque bleu jetable d'apparence médicale que vous êtes automatiquement bien protégés! Il faut vérifier ce qui est écrit sur l'emballage.

Un couvre-visage ne peut pas être considéré comme un masque de qualité, car son efficacité est moindre que celle du masque de qualité.

### COMMENT PORTER CORRECTEMENT LE MASQUE?



Le masque doit être :

- ajusté au-dessus du nez;
- ajusté en dessous du menton;
- remplacé aux quatre heures ou dès que mouillé (ou souillé).

Dernière mise à jour : Avril 2021

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie – Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke

Québec



Pour réduire le risque de propagation, **les deux personnes** doivent porter un **masque de qualité** adéquatement.