

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

QUOI ? Informations des médecins du travail sur la Covid-19

POUR QUI ? L'ensemble des agent-es

QUAND ? En période de pandémie

Les gestes barrières et les mesures de distanciation sociale sont toujours d'actualité et renforcés avec l'arrivée du variant sur notre territoire.

Le port du masque est obligatoire depuis le 17 juillet 2020 dans tous les lieux clos et partagés et dans toutes les communes supérieures à 5000 habitants depuis le 31 août 2020. Il est recommandé à l'ensemble des agent-es de porter uniquement les masques tissus de catégorie 1 remis par leur employeur et non plus les masques artisanaux..

MODE DE TRANSMISSION

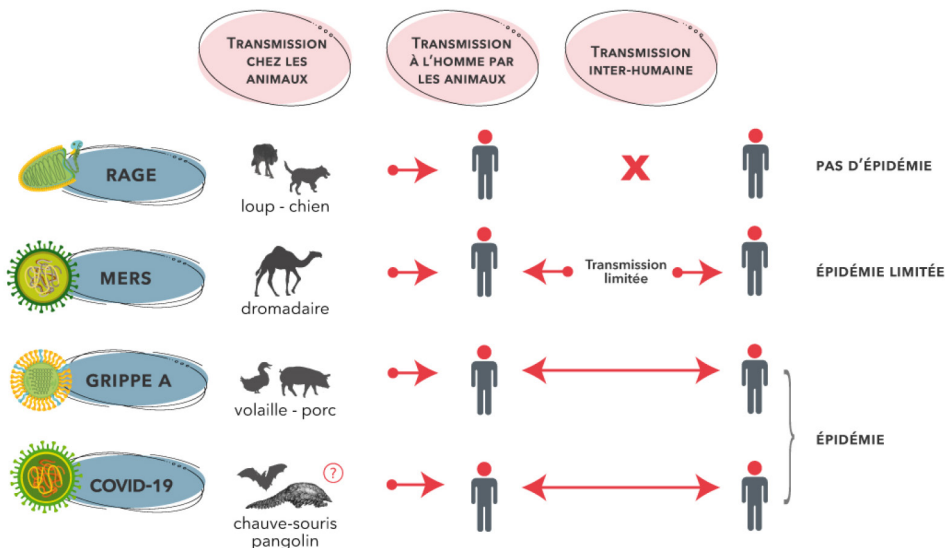
La pandémie en cours concerne la maladie Covid-19 causée par un virus nommé SARS-Cov-2.

Le SARS Cov-2 est un virus de la famille des Coronavirus, famille largement présente déjà dans notre environnement (certains sont par exemple responsable de rhumes).

L'hypothèse privilégiée est que le Covid-19 est une zoonose (maladie transmise à l'homme par les animaux), transmis de la chauve-souris au pangolin puis à l'homme.

La contamination se fait lors de contacts étroits avec une personne infectée : lors de contact direct à moins d'un mètre, lors d'une toux, d'un éternuement ou une discussion en l'absence de mesures de protection, lors d'un repas, par exemple.

TRANSMISSION DE VIRUS D'ORIGINE ANIMALE



Informations des médecins du travail sur la Covid-19

LES SIGNES

L'**incubation** est la période pendant laquelle la personne est infectée mais ne présente pas encore de symptômes. La période d'incubation ne correspond pas à la période de contagiosité. La durée de l'incubation est en moyenne de 3 à 5 jours, avec des extrêmes de 2 à 14 jours.

La **contagiosité** est la période pendant laquelle la personne peut transmettre le virus à une autre personne. Pour la Covid-19, la période de contagiosité serait de 2 jours avant le début des symptômes et d'environ 8 jours dans les formes légères et jusqu'à 14 jours dans les formes graves, après le début des symptômes.

La maladie serait **asymptomatique ou peu symptomatique** chez 30 à 60% des personnes infectées.

L'installation des symptômes se fait progressivement sur plusieurs jours, contrairement à la grippe qui débute brutalement.

Les **signes** pouvant faire suspecter la maladie Covid-19 et devant amener à consulter sont les suivants :

FIÈVRE

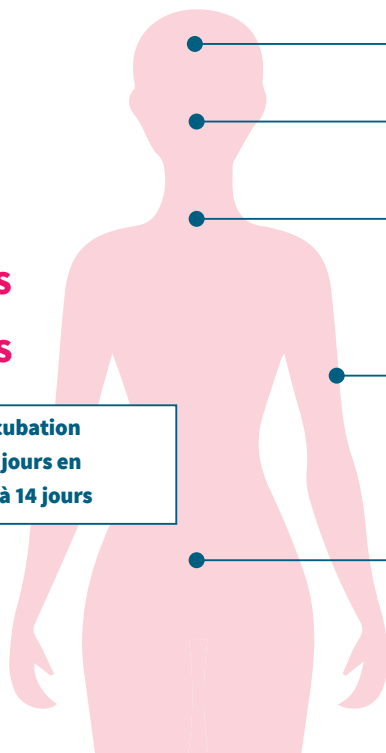
TOUX

FATIGUE

DIFFICULTÉS RESPIRATOIRES

ÉTOUFFEMENTS

la durée d'incubation varie de 3 à 5 jours en général jusqu'à 14 jours



MAUX DE TÊTE

PERTE DE GOÛT ET DE L'ODORAT

MAUX DE GORGE

COURBATURES

PARFOIS DIARRHÉES

- Fièvre, fatigue, maux de tête, toux et maux de gorge, courbatures, gêne respiratoire, syndrome grippal, perte brutale du goût ou de l'odorat, sensation d'oppression thoracique, diarrhées accompagnées de myalgies...

- L'apparition de symptômes inhabituels doit amener à une consultation médicale qui pourra être selon le choix du médecin effectuée en téléconsultation.

- En cas de gravité, il faut appeler le 15.

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

LES TESTS DIAGNOSTIQUES

La prise en charge médicale permet aussi la réalisation du test diagnostique. Ce test contribue à limiter la propagation du virus par des mesures de confinement spécifiques.

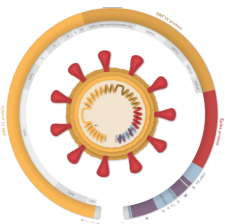
Le test diagnostique RT-PCR (par recherche du virus par écouvillonnage au niveau du nez) est actuellement le test de diagnostic le plus fiable. Toutes les personnes suspectes de Covid-19 peuvent désormais en bénéficier après avoir pris RDV avec le laboratoire ainsi que tous les sujets identifiés comme «contacts».

Personnes plus à risque de formes graves de Covid-19 :

Les personnes présentant certaines pathologies (et les personnes âgées de plus de 65 ans) sont plus à risque de formes graves du Covid-19. Il leur est conseillé d'être très attentives aux mesures protectrices et de porter un masque en présence d'autres personnes même lorsque les mesures de distanciation physique sont respectées.

Elles peuvent bénéficier d'une mesure d'aménagement de leur poste de travail (télétravail par exemple,...).

LES VARIANTS DE LA COVID-19



Le SAR Cov2 est le nom du virus de la famille des coronavirus qui est responsable de la maladie Covid 19.

L'information génétique du virus est sous forme d'un brin d'ARN (cf. image). L'infection d'une cellule permet au virus de se multiplier. En se multipliant, de petites erreurs peuvent se produire sur les copie d'ARN, erreurs appelées mutations. Chaque mutation crée une nouvelle lignée. Le nombre ou la situation des mutations sur le brin d'ARN peut changer le fonctionnement du virus, et ses effets sur l'homme en cas d'infection, de façon significative. Les principales mutations constatées ces derniers mois sur cet ARN sont les suivantes :

- 20I/501Y-v1 : variant Britannique, également appelée lignée

B.1.1.7. Elle augmente la contagiosité du virus de 50%

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

- 20H/501Y-V2 : variant Sud-Africain : elle réduit l'efficacité de certains vaccins
- 20J/501Y-V3 : Variant Brésilien : proche du variant anglais.

Les vaccins actuellement disponibles en France sont efficaces contre le variant anglais. Les vaccins seraient moins efficace contre le variant Sud-Africain. Les personnes ayant déjà fait un Covid-19 classique pourraient ne pas avoir tous une immunité suffisante vis-à-vis de ce variant sud-africains et pourraient refaire une maladie Covid-19.

Des mesures de protections renforcées sont donc prévues en cas d'infection avec le variant sud-africain ou brésilien afin de limiter l'épidémie. La période d'isolement de la personne malade est rallongée. Les personnes contacts se voient proposer deux tests, en début et fin de l'isolement.

Les personnes contact doivent alerter leurs proches (familles, amis, collègues...).

Ce « contact warning » pour les personnes contact de contact du variant brésilien ou sud-africains consiste en :

- Favorisant le télétravail
- Réduisant volontairement ses contacts sociaux durant les 7 jours suivants
- Réalisant un test diagnostique sans délai aux premiers symptômes.

Pour tous, afin de limiter la propagation de ces variants, les mesures barrières ont été renforcées : Maintenir une distance de deux mètres et non plus de 1 mètre entre chaque personne lors d'une pause-café ou d'un repas. Déjeuner à son poste de travail est à présent autorisé. Le masque artisanal est interdit. Seuls les masques de catégorie 1 ou chirurgicaux sont à utiliser.

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

LES GESTES POUR SE PROTÉGER

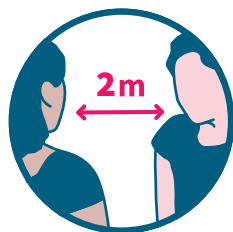
Cf procédure « partage des locaux »

Face à l'infection, il existe des gestes pour se protéger, pour faire barrière au coronavirus :

- | Porter le masque obligatoirement dans tous les locaux et véhicules partagés et à l'extérieur dans toutes les communes supérieures à 5 000 habitants.
- | Se laver les mains très régulièrement
- | Se distancier d'un mètre ou deux de chaque autre personne autour de soi
- | Se distancer d'au moins deux mètres lors des pauses cigarettes, café, déjeuner...
- | Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- | Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades
- | Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter
- | Éviter les rassemblements à plus de 6 personnes, limiter les déplacements et les contacts (ministère de la santé)
- | Manger seul-e dans son bureau

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

LES GESTES POUR SE PROTÉGER



**Distanciation :
2 m minimum**



**Se laver très
régulièrement
les mains**



**Tousser éternuer
dans son coude éviter
de se toucher le visage.
Se laver les mains à chaque
fois, après avoir toussé
ou s'être mouché**



**Utiliser
un mouchoir
à usage unique
et le jeter**



**Saluer sans
se serrer la main,
éviter les
embrassades**

COMMENT SE PROTÉGER LORS DU TRAJET DE LA MAISON AU LIEU DE TRAVAIL ?

Il faut respecter les mesures barrières en cours. Il faut favoriser les trajets en vélo et à pied, quand cela est possible ou utiliser sa voiture personnelle.

Sur son lieu de travail : Il faut respecter les mesures barrières, porter le masque et respecter les préconisations des fiches métiers qui adaptent ces mesures en fonction du travail.

Par exemple, en cas d'accueil physique dans les locaux de travail, il faut appliquer les mesures inscrites dans la fiche «gestes barrières par métier : accueil ». L'ensemble des fiches métiers et des fiches générales sont disponibles auprès des managers et sur le site.

RAPPEL :

LES SUJETS FRAGILES DOIVENT PORTER UN MASQUE EN PRÉSENCE D'AUTRES PERSONNES MÊME SI LA DISTANCE DE 2 MÈTRES EST RESPECTÉE.

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

UTILISATION DES MASQUES

Le port d'un masque de catégorie 1 est obligatoire et essentiel aux gestes barrières mais ne les remplace pas !

Au travail

Des masques « barrière » en tissu réutilisables sont fournis par la Ville de Grenoble à l'ensemble des agent-es. En fonction du travail et des circonstances professionnelles (accueil physique...), des masques spécifiques sont prévus. Les fiches métiers précisent le type de masque à utiliser.

La procédure « usage des masques » précise les conditions d'utilisation.

Les masques « barrière » en tissu fournis sont réutilisables après lavage. Le nombre maximum de lavage dépend du fournisseur et est indiqué sur la notice.

Les masques « barrière » de catégorie 1 filtrent au moins 90 % des particules de 3 microns.

Il faut le changer après une demi-journée de port.

Les masques servent à éviter la dispersion de particules provenant de la respiration de l'agent-e qui porte le masque et l'inhalation de particules extérieures pour ce même agent-e. Il protège donc l'agent-e mais aussi la/le collègue à proximité. Ils doivent être portés par l'ensemble des collègues concernés afin que la protection soit optimale.

Il doit pouvoir être ajusté étroitement sur le nez, les joues et le menton de la personne qui le porte.

Le lavage doit être fait avec un cycle minimum de 30 mn à 60 C°. Après le séchage, un repassage à la vapeur à une température compatible avec la composition du masque est recommandé.

Ce type de masque peut être utilisé pour les trajets domicile-travail.

Ces masques peuvent être jetés en fin de cycle dans les poubelles de déchets ménagers non recyclables (à ce jour).

Ces masques « barrière » ne sont pas des masques « sanitaires ». **Les masques sanitaires sont réservés aux personnels du médical et du paramédical, ainsi qu'aux malades du Covid-19** lors de la phase de contagiosité et aux agent-es considéré-es comme fragiles. Il faut se rapporter à la procédure de « retrait des masques professionnels ».

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

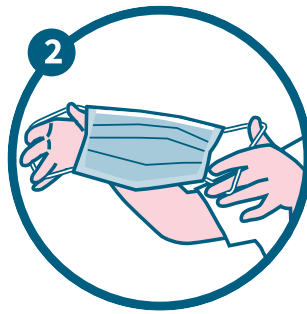
METTRE SON MASQUE

Bien se laver les mains avant et après la mise en place du masque et ne plus le toucher.

Il ne faut pas toucher la face avant et arrière du masque lors de sa pause. Il faut uniquement ajuster le haut et le bas du masque lors de la mise en place du masque sur le visage. Il ne faut plus toucher le masque jusqu'à son retrait définitif.



1
Déplier le masque, le tenir par le haut (baguette) et passer les doigts dans les élastiques (côté bleu légèrement brillant à l'extérieur).



2
La face absorbante (côté blanc) est à appliquer sur la bouche.



3
Positionner le masque sur le nez et la bouche en incluant le menton.



4
Accrocher le masque : passer les élastiques derrière les oreilles.



5
Modeler la barette et l'ajuster au niveau du nez avec les deux index.



6
Assurer l'étanchéité du masque : le nez, la bouche et le menton doivent être recouverts.

Informations des médecins du travail sur la Covid-19

LES GANTS

Le port de gant n'est pas indiqué pour se protéger du Covid-19.
Le lavage très régulier des mains est recommandé.

LE MATERIEL PARTAGÉ

Il faut se rapporter à la fiche de « recommandations concernant le partage des locaux et de matériel en période de pandémie ».

Les coronavirus survivent quelques heures sur des surfaces inertes sèches et jusqu'à 6 jours en milieu humide.

Les produits de nettoyage habituels peuvent convenir puisque le SARS-CoV-2 est entouré d'une enveloppe de lipides facilement dégradés par les tensioactifs contenus dans les savons, les dégraissants, les détergents et les détachants. (Source : INRS)

Pour les zones difficiles d'accès (clavier, poignées de portes,...) : utiliser des lingettes désinfectantes ou spray désinfectant sur du sopalin.

SI UN CAS DE COVID-19 SURVIENT SUR LE LIEU DE TRAVAIL, QUE FAIRE ?

Il faut se rapporter à la « procédure dans l'hypothèse d'un cas avéré de Covid-19 ».

CONTACTS

Pour prendre contact avec le service médecine professionnelle :

Secrétariat du service médecine professionnelle de 8h à 12h et de 13h30 à 16h15.

Standard téléphonique : 04 76 59 28 32

Adresse mël générique : servicemedecineprofessionnelle@grenoblealpesmetropole.fr

Docteur Deirdre BERCHOTTEAU :

deirdre.berchotteau@grenoblealpesmetropole.fr

Docteur Anne-Laurence FROSSARD

anne-laurence.frossard@grenoblealpesmetropole.fr