

### ► GRIPPE A (H1N1) : CE QU'IL FAUT RETENIR

Il faut savoir que la vaccination et des mesures préventives simples et accessibles en milieu de travail sont très efficaces pour prévenir la grippe A (H1N1). Malgré cela...

Le personnel ayant des symptômes de fièvre dépassant 38°C et de la toux ne devrait pas se présenter au travail et ce, jusqu'à la fin des symptômes.

Toute personne qui arrive au travail avec ces symptômes de fièvre et toux ou qui commence à les manifester durant son quart de travail, devrait retourner à la maison dans les plus brefs délais, après entente avec son employeur.

Toute personne présentant un risque élevé de complications par la grippe devrait consulter rapidement un médecin s'il présente des symptômes d'allure grippale, en vue d'un traitement antiviral précoce.

### ► État de la situation

La grippe est une infection très contagieuse des voies respiratoires. Elle peut causer une fièvre, parfois forte, de la toux, des douleurs musculaires, une fatigue intense et empêcher de vaquer à ses activités quotidiennes durant quelques jours.

L'Organisation Mondiale de la Santé a annoncé, en juin dernier, que le virus A (H1N1) était présent partout dans le monde.

Au Québec, les personnes infectées par le virus de la grippe A (H1N1) ont, pour la très grande majorité des cas, présenté une maladie bénigne à modérée sans conséquence. Toutefois, des cas graves sont survenus, le plus souvent parmi les personnes atteintes, ayant un risque élevé de complications. Avec la deuxième vague de cette pandémie, plusieurs problèmes pourraient surgir au sein des entreprises : absentéisme, problèmes d'approvisionnement et diminution de la productivité.

En vous y préparant tous ensemble, employeurs et employés, vous ne serez pas pris au dépourvu!

### ► Des mesures préventives

Afin de réduire le risque de transmission d'infections respiratoires et de grippe, au travail et dans la communauté, il est recommandé d'adopter les mesures suivantes en tout temps. C'est simple et efficace :

#### **Se faire vacciner :**

Le vaccin est offert gratuitement et sur une base volontaire à toute la population. Ce vaccin a été soumis aux mêmes processus d'évaluation de sécurité et d'efficacité que le vaccin contre la grippe saisonnière. Pour éviter d'être infecté par le virus de la grippe A (H1N1) et de le transmettre, il est primordial de se faire vacciner!

(<http://www.pandemiequebec.gouv.qc.ca/fr/index.aspx?sujet=208>)

### **Favoriser l'application des mesures d'hygiène en général :**

Se laver fréquemment les mains avec du savon ordinaire et de l'eau; le savon antibactérien n'est pas nécessaire.

(<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2006/06-007-04.pdf>)

- S'il n'y a ni savon, ni eau courante, les gels, mousses ou liquides antiseptiques à base d'alcool peuvent être utilisés. La concentration d'alcool de ces produits doit être d'au moins 60 % et, pour être efficaces, ils doivent être utilisés sur de la peau débarrassée de toute saleté visible (des lingettes jetables peuvent être employées à cette fin).
- Éviter le partage d'objets personnels (ex. : bouteille d'eau, ustensiles, mouchoirs).
- Tousser ou éternuer dans le pli du coude ou dans un mouchoir et éviter de se toucher le nez et les yeux.  
(<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2007/07-235-12F.pdf>).
- Faire un entretien régulier des surfaces et des objets fréquemment touchés. Les virus de la grippe peuvent survivre sur certaines surfaces mais sont facilement éliminés par les produits ménagers de nettoyage courant :
  - Dans les aires individuelles (par exemple les bureaux) et de circulation (par exemple les corridors, les ascenseurs), ainsi que pour les objets et surfaces fréquemment touchés (les poignées de porte, surfaces de travail, claviers d'ordinateurs, les rampes, les robinets etc.) la fréquence du nettoyage et de l'entretien doit être d'au moins une fois par jour et déterminée de façon à ce que les surfaces soient visuellement propres;
  - Dans les salles à manger et dans les espaces réservés à l'hygiène personnelle (salles de toilette), le nettoyage doit se faire au moins à la fréquence suivante :
    - Pour les salles à manger : nettoyage après chaque période de repas;
    - Pour les salles de toilette : nettoyage et lavage avant chaque quart de travail ou au cours de la première moitié de chaque quart de travail.

### **En cas de symptômes :**

Toute personne qui arrive au travail avec des symptômes de fièvre et toux ou qui commence à les manifester durant son quart de travail, devrait retourner à la maison, après entente avec son employeur. Si quelques minutes doivent s'écouler avant son départ, elle devra appliquer rigoureusement les mesures d'hygiène (lavage des mains, hygiène respiratoire) et, dans la mesure du possible demeurer à une distance de deux mètres ou plus des collègues de travail ou porter un masque anti-projections...si on en dispose.

Donc, tout travailleur présentant des symptômes d'allure grippale (fièvre et toux) devrait rester à la maison jusqu'à la fin des symptômes. Après sept jours, il peut reprendre ses activités habituelles s'il ne fait plus de fièvre et que son état général le permet, même si les symptômes persistent. Si vous avez des questions, vous pouvez en tout temps rejoindre les professionnels de la santé d'Info-Santé en composant le 8-1-1.

- Une personne qui présente des symptômes de fièvre et toux, devrait consulter rapidement un médecin :
  - Si elle développe des symptômes graves (ex. : difficulté à respirer, fièvre élevée, somnolence, confusion)
  - Si elle présente un risque élevé de complications

## Personnes ayant un risque élevé de complications s'ils contractent la grippe et devant consulter rapidement :

- Les femmes enceintes
- Les très jeunes enfants (moins de 2 ans)
- Les personnes atteintes du cancer et celles immunodéficientes ou immunodépressives ;
- Les personnes atteintes de maladies cardiaques ou pulmonaires (notamment asthme, insuffisance cardiaque)
- Les personnes atteintes de maladies du foie
- Les personnes atteintes de diabète
- Les personnes âgées de 65 ans ou plus

### ► Quelques - Questions / Réponses

**Q : Une travailleuse enceinte doit-elle quitter le travail si elle craint un risque de contagion?**

R : Elle consulte rapidement son médecin traitant, qui consultera obligatoirement le médecin désigné du CSSS couvrant son milieu de travail. Pour plus d'information : <http://www.pandemiequebec.ca/fr/index.aspx?sujet=212&second=246#article>

---

**Q : Devrais-je obligatoirement me faire vacciner et est-ce que mon employeur peut m'obliger à me faire vacciner?**

R : Il appartient toujours au travailleur d'accepter ou de refuser de se faire vacciner.

---

**Q : Un employé insiste pour venir au travail alors qu'il a des symptômes?**

**L'employeur a-t-il des recours?**

R : L'employeur devrait demander à un employé présentant des symptômes de la grippe de rester chez lui. **On recommande, en situation de pandémie, de ne PAS exiger un certificat médical pour justifier une absence ou un retour au travail après une grippe** car cela engorgerait inutilement les services médicaux. De la même façon **il n'est pas recommandé à un employeur d'exiger qu'un travailleur obtienne un test de laboratoire pour confirmer ou exclure le diagnostic de grippe A (H1N1).**

---

**Q : Lorsqu'un travailleur a été contaminé par le virus A (H1N1), doit-on nécessairement désinfecter les lieux de travail ou nettoyer d'une façon spéciale les aires communes?**

R : Non, le virus est facilement éliminé par le nettoyage à l'aide de produits ménagers courants.

---

**Q : Faut-il que les travailleurs portent des masques ou des gants de protection pour le A (H1N1) dans leur milieu de travail?**

**R :** Actuellement non, les mesures préventives recommandées devraient toujours être appliquées de façon rigoureuse. Pour le milieu de la santé, des mesures spécifiques ont été élaborées. Ces recommandations peuvent être consultées sur le site suivant :

<http://www.msss.gouv.qc.ca/extranet/pandemie/download.php?f=aa0ba8c05b030bd8ab711b0737768630>

---

**Q : Un travailleur peut-il refuser d'aller au travail s'il croit que la grippe est dans son lieu de travail?**

**R :** Selon la Loi sur la santé et la sécurité du travail, un travailleur peut exercer un droit de refus de travail s'il a des motifs raisonnables de croire que l'exécution de ce travail l'expose à un danger pour sa santé, sa sécurité ou son intégrité physique. Dans un tel cas, il faut faire appliquer les mesures de prévention prévues, soit celles que l'on retrouve sur le site suivant :

<http://www.pandemiequebec.ca/fr/index.aspx?sujet=158>.

Si ces mesures sont mises en place, le droit de refus n'est probablement pas applicable. Dans le cas actuel de la pandémie de grippe A (H1N1), la virulence étant faible, l'acceptation d'un droit de refus est peu probable.

---

**► INFORMATIONS UTILES**

(Comme ces informations peuvent être remises à jour, nous vous encourageons à vous y référer régulièrement.)

**Dépliants, affiches et feuillets destinés à la population en général :**

- Affiche sur le lavage des mains :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2006/06-007-04.pdf>
- Affiche sur l'utilisation de rince-mains antiseptiques :  
<http://www.msss.gouv.qc.ca/extranet/pandemie/download.php?f=592bef92745b9943e3a686b101aa8ecc>
- Dépliant sur le lavage des mains :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2008/08-235-07F.pdf>
- Affiche sur l'hygiène respiratoire :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2007/07-235-12F.pdf>
- Dépliant d'information destiné à la population :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-220-02F.pdf>
- Feuillelet « Aide à la décision » pour savoir quoi faire en cas de symptômes de la grippe :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2009/09-220-09F.pdf>

**Le site Pandémie Québec du MSSS :**

<http://www.pandemiequebec.ca/fr/actualites/actualites.shtml>

Contient beaucoup d'informations utiles, dont quelques-unes sont en lien ci-dessous.

**Questions / Réponses sur la grippe A (H1N1) [remises à jour régulièrement]**

- Questions réponses pour les travailleurs :  
[http://www.pandemiequebec.ca/pdf/grippeAH1H1\\_QR\\_travailleurs\\_10-09-2009.pdf](http://www.pandemiequebec.ca/pdf/grippeAH1H1_QR_travailleurs_10-09-2009.pdf)
- Questions réponses pour les employeurs :  
[http://www.pandemiequebec.ca/pdf/grippeAH1H1\\_QR\\_employeurs\\_10-09-2009.pdf](http://www.pandemiequebec.ca/pdf/grippeAH1H1_QR_employeurs_10-09-2009.pdf)

**Pour connaître les dispositions permettant de s'absenter pour cause de maladie ou pour remplir des obligations liées à la famille, ainsi que la rémunération durant ces périodes, se référer à :**

- Documents concernant les normes et conventions de travail (aide mémoire):  
<http://www.cnt.gouv.qc.ca/fileadmin/pandemie/index.html>
- [http://www.cnt.gouv.qc.ca/fileadmin/pdf/publications/c\\_0272.pdf](http://www.cnt.gouv.qc.ca/fileadmin/pdf/publications/c_0272.pdf)

Document concernant l'élaboration d'un **plan de continuité** (PCO) qui permet, en situation de pandémie, d'évaluer les risques d'absentéisme, de rupture d'approvisionnement, de pertes de production, de diminution des ventes et aussi de trouver des solutions :

[http://www.mdeie.gouv.qc.ca/fileadmin/sites/internet/documents/publications/pdf/Entreprises/outils\\_gestion/pandemie\\_fr.pdf](http://www.mdeie.gouv.qc.ca/fileadmin/sites/internet/documents/publications/pdf/Entreprises/outils_gestion/pandemie_fr.pdf)

**Autres documents pertinents :**

- Guide canadien de planification de la continuité des activités:  
<http://www.securitepublique.gc.ca/prg/em/gds/bcp-fra.aspx>
- Agence de la santé publique du Canada :  
[http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/businesses\\_entreprise-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/alert-alerte/h1n1/businesses_entreprise-fra.php)