

RECOMMANDATIONS COVID-19

LE MASQUE " BARRIÈRE " EN TISSU

Porter un masque ne dispense pas d'appliquer les gestes barrières !

C'est une protection supplémentaire. Pour pleinement se protéger et protéger ses proches, il faut continuer à se laver les mains de façon régulière et à maintenir une distance d'au moins 1 mètre avec les autres.

📌 Est-ce une protection efficace ?

- ▶▶ Un masque en tissu protège moins bien qu'un masque chirurgical, mais son efficacité s'en approche s'il est conforme aux normes et utilisé correctement.
- ▶▶ Son efficacité dépend de ses matériaux (type de tissu, nombre de couches...), de son patron et de la façon dont on l'utilise. Il est d'autant plus efficace pour empêcher la circulation du coronavirus qu'un nombre important de personnes en portent un.
- ▶▶ En France, certains masques sont soumis à des tests qui évaluent notamment leur capacité à filtrer les très fines particules. Ces masques à l'efficacité contrôlée par un tiers sont repérables grâce au logo « filtration garantie », auquel s'ajoute un nombre de lavages maximum (50 fois au plus). Au-delà, le masque n'a plus les mêmes qualités de protection.



(Source : Ministère de l'économie et des finances)

👤 Pour qui ?

- ▶▶ Le masque en tissu est adapté à celles et ceux qui ne sont **pas à risque de forme grave** de Covid-19, ne sont **pas aidants** (auxiliaires de vie notamment) d'une personne à risque de forme grave de Covid-19, ne présentent **pas de symptômes** d'une infection au coronavirus et ne sont **pas au contact de personnes infectées**.
- ▶▶ Dans le cas contraire, il faut porter un **masque chirurgical** à usage unique.

Bon à savoir

Les personnes à risque de forme grave de Covid-19 peuvent obtenir des boîtes de masques chirurgicaux gratuits en pharmacie sur présentation d'une prescription d'un médecin.

Comment se procurer des masques en tissu ?

- ▶▶ Des masques en tissu répondant aux normes en vigueur sont aujourd'hui disponibles dans de nombreux points de vente (grande distribution, pharmacie...).
- ▶▶ L'utilisation de masques artisanaux représente une solution alternative. De nombreux tutoriels circulent sur les réseaux sociaux.
- ▶ Pour plus de sécurité, mieux vaut s'appuyer sur les recommandations de l'Association française de normalisation (Afnor). Une [page de son site Internet](#) permet de télécharger le patron, de choisir au mieux ses matériaux et de visionner des vidéos qui détaillent le mode de fabrication.
- ▶▶ Des particuliers et des entreprises vendent des masques en tissu sur Internet. Attention cependant car ils ne respectent pas toujours les normes de l'Afnor, même s'ils disent le faire. Le respect du patron proposé par l'Afnor n'est pas suffisant car la qualité du tissu utilisé est essentielle pour en garantir l'efficacité. Il existe de nombreux sites peu fiables et peu recommandables.

Masque en tissu - Mode d'emploi

▶▶ Le mettre en place

- ✓ Se laver les mains avant à l'eau et au savon ou avec une solution hydro-alcoolique.
- ✓ Tenir le masque par les élastiques (ou les liens d'attache) et le placer sur le visage.
- ✓ L'ajuster étroitement : il ne doit pas laisser passer d'air sur les côtés, en haut, en bas et doit recouvrir le nez, la bouche, le menton. Les porteurs de lunettes doivent placer le masque à la racine du nez, sous leurs lunettes.

▶▶ Le porter

- ✓ Sur une peau à nu : pas de cheveux entre le visage et le masque, ni de barbe dans l'idéal.
- ✓ Une durée de port limitée à 4 heures maximum. Au-delà, il faut en changer.
- ✗ Ne pas toucher le masque avec les mains ou avec des gants, ni le placer sur le menton ou sur le front même de façon temporaire. À défaut, il faut le changer pour un masque propre.

▶▶ Le retirer

- ✓ Se laver les mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydro-alcoolique.
- ✓ Saisir les élastiques ou les liens d'attache et enlever le masque, sans toucher sa face externe.
- ✓ Placer le masque dans une boîte ou un sac en plastique propre.
- ✓ Se laver de nouveau les mains.
- ✓ Nettoyer l'extérieur du sac ou de la boîte contenant le masque avec un produit désinfectant.

Le saviez-vous ?

Lorsque vous portez un masque en tissu pendant une durée très courte, bien inférieure à 4 heures, vous pouvez le stocker dans un emballage dédié (enveloppe, boîte, sac) en attendant sa prochaine utilisation, à condition de bien respecter les règles de manipulation et d'hygiène des mains.

» Le laver

- ✓ Lavage en machine avec la lessive habituelle à 40°C pendant un cycle d'au moins 30 minutes, avec par exemple des draps ou des serviettes éponge afin de garantir l'aspect mécanique (frottements) du lavage.
- ✓ Ou trempage d'au moins 30 minutes suivi d'un lavage à la main avec de l'eau et un détergent (savon, produit vaisselle, lessive), sans brossage pour éviter de détériorer le tissu.
- ✓ Séchage minutieux, en sèche-linge ou à l'air ambiant.
- ✓ Repassage à une température adaptée au tissu, si la composition du masque le permet.
- ✓ Conservation des masques lavés et séchés par lot au mieux dans un emballage, par exemple un sachet plastique (neuf ou propre) fermé.
- ✗ Ne passer le masque ni au congélateur, ni au four à micro-ondes pour remplacer le lavage.

» Le jeter

- ✓ Si le masque s'est déformé, moins bien ajusté sur le visage, usé, que ses élastiques ou ses liens sont cassés ou que l'on a dépassé le nombre de lavages recommandés.
- ✓ Mettre le masque dans un sac plastique, puis le placer dans le sac poubelle (déchets ménagers).

Une question ? Une difficulté ?

N'hésitez pas à contacter la ligne accueil familles de l'AFM-Téléthon !



Retrouvez toutes les informations sur le coronavirus sur www.afm-telethon.fr/coronavirus

Sources :

- Haut Conseil de la santé publique [En ligne]. Avis relatif aux masques dans le cadre de la lutte contre la propagation du virus SARS-CoV-2 du 29 octobre 2020 [consulté le 1 décembre 2020] <https://www.hcsp.fr/Explore.cgi/AvisRapportsDomaine?clefr=943>
- Académie de médecine [En ligne]. « Pandémie de Covid-19 : mesures barrières renforcées pendant le confinement et en phase de sortie de confinement » [consulté le 16 avril 2020] <http://www.academie-medecine.fr/communiquede-lacademie-pandemie-de-covid-19-mesures-barrieres-renforcees-pendant-le-confinement-et-en-phase-de-sortie-de-confinement/>
- ANSM – Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé [En ligne]. Avis du 24 mars 2020 portant sur la place de masques alternatifs en tissus dans le contexte de l'épidémie COVID 19. Avis du 25 mars 2020 précisant le protocole de traitement permettant une réutilisation des masques en tissus à usage non sanitaire prévus dans le cadre de l'épidémie COVID [consultés le 16 avril 2020] https://ansm.sante.fr/searchengine/general_search?SearchText=masque+en+tissus
- DGE - Direction générale des entreprises du Ministère de l'Economie et des finances [En ligne]. Covid 19 : Création de deux nouvelles catégories de masques « grand public » [consulté le 16 avril 2020] <https://www.entreprises.gouv.fr/covid-19/liste-des-tests-masques-de-protection>
- Afnor – Association française de normalisation [En ligne]. Téléchargez AFNOR Spec – Masques barrières version 1.0 [consulté le 16 avril 2020] <https://telechargement-afnor.com/masques-barrieres>
- Afnor – Association française de normalisation [En ligne]. FAQ « Masques barrières » [consulté le 16 avril 2020] <https://www.afnor.org/faq-masques-barrieres/>