

## 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.
- ▶▶ Les masques produits en France répondent à des normes d'efficacité élevées et sont soumis à des tests qui évaluent notamment leur capacité à filtrer les très fines particules. Ces masques à l'efficacité contrôlée doivent être privilégiés, notamment dans les familles où vivent des personnes à risque. Ils sont repérables grâce un logo.



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

#### 👤 Pour qui ?

- ▶▶ Le masque en tissu est adapté à celles et ceux qui ne présentent pas de symptômes d'une infection au coronavirus et ne sont pas au contact de personnes infectées.

**Le masque en tissu ne convient pas aux auxiliaires de vie qui interviennent auprès des personnes à risque pour les actes quotidiens : toilette, repas, transferts ... Ils doivent porter un masque chirurgical.**

#### 🕒 Quand ?

- ▶▶ La levée graduelle du confinement à partir du 11 mai 2020 s'accompagne :
  - de la forte recommandation de porter un masque dans toutes les circonstances où il n'est pas possible de respecter la règle de distanciation sociale (au moins 1 mètre).

- de l'obligation pour tous de porter un masque dans certaines situations (transports en commun, enseignants, collégiens, etc.). Ces obligations pourront varier dans le temps, selon les lieux publics et les situations locales.

### **Comment s'en procurer ?**

▶▶ Des masques en tissu répondant aux normes en vigueur sont disponibles de façon progressive dans les pharmacies, chez les buralistes et dans les magasins de la grande distribution. Certaines mairies et certaines entreprises en fournissent également à leurs administrés ou salariés.

▶▶ En attendant de pouvoir se procurer des masques en tissu validés, conformes aux normes, l'utilisation de masques artisanaux peut être une solution temporaire. 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. De plus, de nombreux sites peu fiables et peu recommandables apparaissent chaque jour.

## **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 d'affilée. 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 laver

- ✓ Lavage en machine avec la lessive habituelle, à 60°C pendant un cycle d'au moins 30 minutes, avec des draps ou des serviettes éponge par exemple afin de garantir l'aspect mécanique (frottements) du lavage.
- ✓ Ou, un peu moins efficace, nettoyage (sans brossage) à l'eau et au savon ou à la lessive, puis trempage dans une eau à 60°C pendant 30 minutes (par exemple dans une casserole sur une plaque de cuisson ou sur le feu, eau frémissante mais non bouillante) avant rinçage soigneux.
- ✓ Séchage minutieux, si possible en sèche-linge.
- ✓ Repassage à la vapeur à une température adaptée au tissu.
- ✗ Ne passer le masque ni au congélateur, ni au four à micro-ondes pour remplacer le lavage à 60°C.

### » Le jeter

- ✓ Si le masque s'est déformé, moins bien ajusté sur le visage, usé, que ses élastiques ou ses liens sont cassés.
- ✓ Le logo et la notice qui accompagnent un masque en tissu aux normes précise le nombre de lavages à ne pas dépasser (au minimum 5, jusqu'à 30). Au-delà, le masque n'a plus les mêmes qualités de protection.
- ✓ 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](http://www.afm-telethon.fr/coronavirus)

#### Sources :

- 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](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/>
- AFP – Agence France-Presse [En ligne]. Non, placer un masque au-dessus d'une casserole d'eau bouillante ne permet pas de le "décontaminer" [consulté le 15 mai 2020] <https://factuel.afp.com/non-placer-un-masque-au-dessus-dune-casserole-deau-bouillante-ne-permet-pas-de-le-decontaminer>