

Du bon usage des masques

Communiqué de l'Académie nationale de médecine

7 septembre 2020

La circulation persistante du SARS-CoV-2 et la progression de l'épidémie de Covid-19 constatées en France au cours de l'été ont conduit à rendre le port du masque obligatoire dans tous les lieux clos à compter du 20 juillet, puis à étendre cette obligation en milieu extérieur dans de nombreuses communes et grandes villes au cours du mois d'août.

Rappelons que le port obligatoire d'un masque « grand public » ou « alternatif » avait été recommandé depuis le 2 avril par l'Académie nationale de médecine pour renforcer les mesures barrière pendant le confinement et en phase de sortie de confinement [1].

Initialement mal comprise dans sa signification altruiste et réfutée en raison de la pénurie de masques médicaux, puis décriée pour les dangers présumés d'une mauvaise utilisation, complexifiée par l'accumulation de normes injustifiées et de précautions excessives, cette simple mesure de bon sens a finalement été vilipendée au prétexte fallacieux du manque de publications scientifiques attestant son efficacité. Une pléthore d'affirmations souvent contradictoires entretient la confusion générale et alimente le discours des contempteurs du masque obligatoire, les plus extrêmes n'hésitant pas à dénoncer son caractère liberticide.

Le port du masque dans la communauté n'est pas facultatif ; se masquer pour protéger les autres est un geste altruiste dont l'efficacité collective est certaine quand tout le monde l'applique ; il rend chaque citoyen solidaire dans la réponse mondiale à la pandémie [2].

Si les masques alternatifs ont des performances légèrement inférieures à celles des masques chirurgicaux en termes de filtration et d'étanchéité, ils offrent généralement de meilleures qualités de confort et de "respirabilité".

Les indicateurs épidémiologiques actuels laissant prévoir une situation épidémique prolongée, il devient nécessaire d'intégrer le port du masque dans les gestes quotidiens en le rendant compréhensible, acceptable et routinier.

C'est pourquoi l'**Académie nationale de médecine rappelle que** :

1. les masques en papier, jetables, dits "chirurgicaux", doivent être utilisés préférentiellement lors des activités de soins et de façon systématique pour les personnes malades ou en isolement ;
2. dans l'espace public, les masques en tissu, lavables, doivent être préférés aux masques jetables pour d'évidentes raisons économiques et écologiques :
 - ils peuvent être lavés à la main ou en machine, avec un détergent, comme le linge de corps, la température de 60°C n'étant pas plus justifiée pour le lavage des masques que pour le lavage des mains ;
 - ils doivent être changés lorsqu'ils deviennent humides et ne jamais être portés plus d'une journée ;
 - ils sont réutilisables après chaque cycle de lavage - séchage tant que leurs qualités (maillage du tissu et intégrité des brides) ne sont pas altérées.

De plus, l'**Académie de médecine recommande** :

- que l'obligation du port du masque, systématiquement associée aux mesures de distanciation, soit instaurée dans tous les lieux publics, clos et ouverts, selon des règles faciles à comprendre, à appliquer et à contrôler ;
- qu'une information claire et simplifiée sur l'usage des masques soit largement diffusée.

Références

- [1] Communiqué de l'Académie nationale de médecine « Pandémie de Covid-19 : mesures barrières renforcées pendant le confinement et en phase de sortie de confinement », 2 avril 2020.
- [2] Cheng KK, Lam TH, Leung CC. Wearing face masks in the community during the COVID-19 pandemic: altruism and solidarity. *Lancet* 2020 ; S0140-6736 (20) 30918-1.