



**Fédération
québécoise
des massothérapeutes
agréés**

DEPUIS 1979



PROCÉDURE DE REPRISE DES ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES DES MASSOTHÉRAPEUTES AGRÉÉ.E.S

20 mai 2020

Contexte

Le 22 mars 2020, le gouvernement du Québec a ordonné la fermeture de toutes les entreprises de soins personnels, dont fait partie la massothérapie, en raison de la pandémie de COVID-19. Afin de limiter la propagation du virus, la réouverture de soins thérapeutiques, incluant la massothérapie, et la reprise de leurs activités, prévues le 1^{er} juin 2020, devront se faire dans le respect des [recommandations de l'Institut national de santé publique du Québec \(INSPQ\)](#) et du [Guide de normes sanitaires pour les soins thérapeutiques](#) de la Commission des normes de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST).

Afin de permettre aux massothérapeutes agréé.e.s à travers la province de recevoir de nouveau leur clientèle en toute sécurité, la Fédération québécoise des massothérapeutes (FQM) a élaboré la présente procédure de reprise des activités professionnelles des massothérapeutes agréé.e.s.

L'objectif est d'assurer que la reprise des activités professionnelles en massothérapie se déroule dans des conditions sécuritaires autant pour les clients que pour les massothérapeutes agréé.e.s, le tout dans le respect des consignes de la santé publique et de la CNESST. En effet, il est reconnu aujourd'hui que des personnes asymptomatiques peuvent être porteuses de la maladie, ce qui implique que des mesures préventives doivent être appliquées en tout temps.

Mesures à mettre en place en massothérapie

Les mesures présentées ci-dessous s'appliquent à tous les massothérapeutes agréé.e.s. Différentes sections permettront aux massothérapeutes agréé.e.s d'adapter leur pratique selon le type de lieu dans lequel ils travaillent. Il est à noter que des procédures supplémentaires d'hygiène, d'asepsie et de prévention des infections peuvent être déjà en place et s'appliquer dans certains milieux de soins, par exemple dans les centres hospitaliers, les CHSLD et les résidences pour aînés. Dans, les massothérapeutes agréé.e.s doivent s'y conformer.

Les sections suivantes détaillent les mesures à mettre en place dans votre milieu de travail afin de limiter la propagation des infections en massothérapie, dont la COVID-19.

Le présent protocole est basé sur les recommandations de l'INSPQ et de la CNESST publiées en date du 20 mai 2020. Des modifications pourraient être apportées si de nouvelles données étaient publiées par la santé publique. Les massothérapeutes agréé.e.s doivent donc demeurer à l'affût des mises à jour publiées par la FQM.

Se préparer à la reprise des activités

dans un contexte de COVID-19

- Réaménager les locaux afin de respecter les mesures de distanciation physique (minimum de 2 mètres ou 6 pieds entre les personnes en tout temps)
 - Dans les salles d'attente, la salle des employés et autres salles communes, espacer les chaises, en réduire le nombre ou mettre en place des cloisons pleines transparentes de type Plexiglas entre les chaises.
 - Dans la salle d'attente et à la réception, installer au besoin des repères visuels au sol afin de favoriser le respect des mesures de distanciation physique.
 - Retirer tout objet non essentiel, incluant les journaux, les magazines et les produits d'essai (y compris dans la salle de massage).
 - À la réception, évaluer la possibilité d'installer des cloisons pleines transparentes de type Plexiglas afin de créer une barrière entre la clientèle et les travailleurs.
- Revoir la planification des rendez-vous afin de prévoir une période suffisante entre ceux-ci (p. ex., 15 à 30 minutes), ce qui permettra de désinfecter les surfaces entre les clients tout en limitant le nombre de travailleurs et de clients présents simultanément sur les lieux de travail.
- Évaluer la possibilité de prolonger les heures d'ouverture de l'entreprise.
- Privilégier les équipes de travail réduites et les plus stables possible.
- Éviter le partage de matériel, d'équipements et de produits de soins (p. ex., huile, pierres chaudes, etc.) entre les thérapeutes.
- Prévoir un mécanisme de retrait des personnes symptomatiques des lieux de travail, tel que recommandé par la [CNESST](#).
- Installer des distributeurs de solution à des endroits stratégiques sur les lieux de travail (p. ex., à l'entrée de la clinique et de la salle de massage, à la réception, dans les salles de bain, etc.) lorsqu'il n'y a pas de lavabo et de distributeur de savon.
- Près des lavabos, s'assurer que des essuie-tout de papier ou des serviettes lavables se trouvent en quantité suffisante afin de permettre un usage unique de ceux-ci.

- Prévoir une poubelle sans contact ou un sac en plastique ou en tissu pour récupérer les essuie-tout ou les serviettes utilisés.
- Afficher des visuels montrant la technique de lavage ou de désinfection des mains à proximité des lavabos et des distributeurs de solution hydroalcoolique. Il est possible d'imprimer ces visuels en suivant ces liens :
 - [Le lavage des mains : simple et efficace](#) (lavage des mains avec de l'eau et du savon)
 - [Comment désinfecter vos mains](#) (désinfection des mains avec une solution hydroalcoolique)
- Afficher un visuel montrant l'hygiène et l'étiquette respiratoires. Il est possible d'imprimer ce visuel en suivant ce lien :
 - [Tousser et éternuer sans se contaminer](#)
- Mettre en place des options de paiement sans contact (p. ex., ApplePay, PayPass, virement Interac) afin de limiter le paiement en argent comptant.
- **Identifier le matériel nécessaire à la reprise des activités de massothérapie dans un contexte de COVID-19 et se le procurer (voir le [guide d'achat de la FQM](#)) :**
 - Équipement de protection individuelle (voir tableau 1) ;
 - Produits de désinfection et solution hydroalcoolique ([liste des produits désinfectants approuvés par Santé Canada pour la COVID-19](#)) ;
 - Matériels nécessaires aux soins de massothérapie (p. ex., draps, couvertures, traversins, coussins, couvre appui-tête, pierres chaudes, etc.) qui peuvent être lavés à la machine (changés entre chaque client) ou désinfectés avec un produit de désinfection approuvé par Santé Canada pour la COVID-19.
 - Notes :
 - En tout temps, éviter le matériel non lavable (p. ex., couvre-matelas chauffant, couvre appui-tête en mouton synthétique, à moins de le changer entre chaque client).
 - Les équipements de protection individuelle devraient être conservés dans un espace de rangement fermé ou recouverts dans la salle de massage.
- Tout employeur a la responsabilité d'informer et de former ses employés et/ou travailleurs autonomes sur les mesures préventives à respecter en tout temps sur les lieux de travail.

- Prendre connaissance des [outils et des aide-mémoire](#) publiés par la CNESST.

Tableau 1 : Équipements de protection individuelle en massothérapie

Équipement	Port par le massothérapeute	Port par le client	Précisions
Masque de procédure	Oui (si la tâche implique d'être à moins de 2 mètres du client)	Oui	<ul style="list-style-type: none"> • Doivent répondre à la norme ASTM-F2100, avec une efficacité de filtration bactérienne de 95 % ou plus • Doit être remplacé entre chaque client, et s'il est humide, souillé ou endommagé
Protection oculaire (lunettes de protection OU visière)	Oui (si la tâche implique d'être à moins de 2 mètres du client)	Non	<ul style="list-style-type: none"> • Doit être désinfectée entre chaque client
Survêtement de protection (blouse jetable ou lavable, sarrau à manches courtes, uniforme)	Oui	Non	<ul style="list-style-type: none"> • Doit être changé entre chaque client
Gants	Non	Non	<ul style="list-style-type: none"> • Selon les recommandations de l'INSPQ, « Le port de gants n'est pas recommandé; il risque d'entraîner un faux sentiment de sécurité et la contamination par le contact avec de multiples surfaces sans que les gants soient changés. Si des gants sont tout de même portés, les jeter à la poubelle après usage et se laver les mains » (2). • Comme à l'habitude, les gants pourraient être appropriés dans certaines circonstances non reliées à la COVID-19 (p. ex., client immunosupprimé, lésions sur la peau du client ou sur les mains du massothérapeute)

Le présent protocole est basé sur les recommandations de l'INSPQ et de la CNESST publiées en date du 20 mai 2020. Des modifications pourraient être apportées si de nouvelles données étaient publiées par la santé publique. Les massothérapeutes agréés.e.s doivent donc demeurer à l'affût des mises à jour publiées par la FQM.

Lors de la prise d'un rendez-vous pour un soin de massothérapie

- Demander au client :
 - s'il présente un ou des symptômes de la COVID-19 (fièvre >38°C, toux récente ou toux chronique exacerbée, difficultés respiratoires, perte d'odorat brutale sans congestion nasale et avec ou sans perte de goût, douleurs musculaires, céphalée, fatigue intense, perte d'appétit, mal de gorge, diarrhée) ;
 - s'il a voyagé à l'extérieur du pays au cours des 14 derniers jours ;
 - s'il est en attente d'un test de dépistage pour la COVID-19 ou s'il a reçu un résultat positif à un tel test au cours des 14 derniers jours ;
 - s'il a été en contact avec un cas confirmé ou probable de la COVID-19 au cours des 14 derniers jours.

Dans l'éventualité où le client remplit l'une de ces conditions, ne pas prévoir de rendez-vous.

- Informer le client qu'il ne doit pas se présenter à son rendez-vous et qu'il doit téléphoner au massothérapeute s'il développe des symptômes de la COVID-19 d'ici son rendez-vous.
- **Évaluer chez le client la présence de facteurs de risque pour le développement de la forme sévère de la COVID-19 :**
 - les personnes ayant un système immunitaire affaibli;
 - les personnes atteintes de maladies chroniques telles que le diabète, les maladies cardiaques, pulmonaires et rénales;
 - les personnes âgées de 70 ans et plus.
 - Pour plus de détails sur les facteurs de risque pour la forme sévère de la COVID-19, consulter la [publication de l'INSPQ](#) à cet effet. Cette publication

En présence de facteurs de risque chez le client, il pourrait être opportun de reporter le rendez-vous. En cas de doute, le massothérapeute peut demander un billet médical au client. Notez que la FQM vous proposera bientôt un modèle de décharge que vous pourrez faire signer à tous vos clients, qu'ils présentent ou non des facteurs de risque. Nous en reparlerons davantage dans la formation en prévention des infections.

Note : la présence de ces risques chez une personne ne signifient pas qu'elle est plus à risque de contracter la COVID-19. Cependant, si elle contracte le virus, elle pourrait être plus à risque de développer une forme sévère de la maladie, de souffrir de complications et de décéder.

- Aviser le client de se présenter à l'heure à son rendez-vous pour éviter d'être en proximité des autres clients. Si désiré, demander au client d'attendre à l'extérieur et de téléphoner au massothérapeute afin d'aviser de son arrivée.
- Informer le client qu'il ne peut être accompagné lors de son rendez-vous, à moins que sa condition de santé ne l'exige.
- Informer le client des mesures mises en place dans le lieu de travail.
- Informer le client qu'il devra signer une décharge à son arrivée.
- Informer le client des modes de paiement disponibles.

À l'arrivée du client à son rendez-vous

- Enfiler un masque de procédure pour accueillir le client.
- Demander au client de procéder à l'hygiène des mains avec de l'eau et du savon ou avec solution hydroalcoolique.
- Remettre au client un masque de procédure et lui demander de l'enfiler. Si le client porte un couvre-visage, lui demander de le retirer et d'enfiler le masque de procédure (l'efficacité d'un masque de procédure est plus grande que celle d'un couvre-visage pour bloquer les particules; contrairement au couvre-visage, le masque de procédure protège à la fois celui qui le porte et les autres).
- S'il le désire, le massothérapeute peut fournir au client des couvre-chaussure jetables ou des pantoufles lavables.
- S'assurer que le client :
 - Ne présente pas de symptômes de la COVID-19 (fièvre >38°C, toux récente ou toux chronique exacerbée, difficultés respiratoires, perte d'odorat brutale sans congestion nasale et avec ou sans perte de goût, douleurs musculaires, céphalée, fatigue intense, perte d'appétit, mal de gorge, diarrhée) ;
 - N'a pas voyagé à l'extérieur du pays au cours des 14 derniers jours ;

- N'est pas en attente d'un test de dépistage pour la COVID-19 ou n'a pas reçu de résultat positif à un tel test au cours des 14 derniers jours ;
- N'a pas été en contact avec un cas confirmé ou probable de la COVID-19 au cours des 14 derniers jours.

Note : en tout temps, le massothérapeute doit s'abstenir de recevoir des clients s'il présente lui-même des symptômes de la COVID-19 ou s'il répond à l'un des critères ci-haut listés.

- Demander au client de déposer ses effets personnels à l'endroit désigné à cet effet.
- Diriger le client vers la salle de massage en lui ouvrant les portes.

Dans la salle de massage avant le soin

- Procéder à l'hygiène des mains avec de l'eau et du savon ou avec une solution hydroalcoolique.
- Enfiler l'[équipement de protection individuelle](#) nécessaire dans le cadre du massage (le masque devrait être déjà enfilé). Dans l'ordre :
 - La blouse jetable ou lavable, le sarrau à manche courtes ou l'uniforme ;
 - Protection oculaire (visière ou lunettes de protection) ;
 - Gants, si applicables.

Pendant le soin de massothérapie

- En tout temps pendant le massage, le massothérapeute doit éviter de toucher son visage.
- Le client doit garder son masque de procédure pendant tout le soin.
- Pendant le soin, si le client doit se moucher ou s'il se touche le visage, le massothérapeute peut lui offrir une solution hydroalcoolique afin qu'il se désinfecte les mains.

Après le soin de massothérapie

- Le massothérapeute retire les équipements de protection individuelle en respectant les [consignes pour un retrait sécuritaire](#) (à l'exception du masque de procédure).
 - Pour les équipements jetables, les déposer dans une poubelle sans contact.
 - Pour les équipements lavables, les déposer dans un sac de tissu ou de plastique fermé qui sera placé à l'extérieur de la salle de massage pour lavage ultérieur.
- Procéder à l'hygiène des mains avec de l'eau et du savon ou avec une solution hydroalcoolique.
- Faire payer le client (désinfecter le terminal de paiement après chaque transaction).
- Avant de quitter, le client doit retirer ses pantoufles ou ses couvre-chaussures (si applicable) et son masque, les déposer dans une poubelle et procéder à l'hygiène des mains avec de l'eau et du savon ou avec solution hydroalcoolique. Si le client est arrivé avec un couvre-visage, il peut alors le remettre.
- Raccompagner le client vers la sortie [en lui ouvrant les portes](#).
- Le massothérapeute peut alors retirer le masque de procédure en respectant les [consignes pour un retrait sécuritaire](#) et le jeter dans une poubelle sans contact. Pour limiter la propagation des infections, le masque de procédure DOIT être changé entre chaque client.

Entre chaque client

- Retirer les draps, les couvertures et autres équipements en tissus qui ne peuvent être désinfectés.
- Déposer les tissus souillés dans un sac de plastique ou de tissu fermé et placé à l'extérieur de la salle de massage pour lavage ultérieur.
- Désinfecter la protection oculaire, si applicable, avec un [désinfectant approuvé par Santé Canada](#) et compatible avec le matériau de fabrication (suivre les instructions du fabricant).

- À l'aide d'un [désinfectant approuvé par Santé Canada](#), procéder à la désinfection des surfaces dans la salle de massage et de **toutes les surfaces touchées par le client**, incluant (mais sans s'y limiter) la table ou la chaise de massage, le marchepied, le crayon utilisé pour signer la décharge et les équipements utilisés pendant le soin (p. ex., pierres chaudes, contenant pour l'huile de massage, etc.).
 - Toujours débiter avec les surfaces les plus souillées, puis terminer avec les surfaces les moins souillées.
 - Selon le produit désinfectant utilisé et la sensibilité de la peau, le port de gants pourrait être indiqué lors de la désinfection afin de protéger vos mains.
- Si une fenêtre menant vers l'extérieur se trouve dans la salle de soin, aérer la pièce pendant au moins 15 minutes entre les rendez-vous. Dans l'éventualité où aucune fenêtre n'est présente dans la salle de massage, l'[INSPQ](#) affirme que la désinfection des surfaces est suffisante.
- Procéder à l'hygiène des mains après chaque désinfection.

Lavage des tissus

- Les tissus (p. ex., draps, couvertures, serviettes, vêtements de travail du massothérapeute, etc.) doivent être déposés dans un sac en tissu ou en plastique fermé et placé à l'extérieur de la salle de massage en attendant d'être lavés.
- Laver le linge à la machine avec un détergent à lessive habituel.
- Privilégier le lavage à l'eau chaude (71°C pendant au moins 10 minutes), à moins d'utiliser un détergent en eau froide.
- Utiliser une quantité suffisante de détergent selon la quantité de vêtements à laver.
- Sécher complètement à température élevée immédiatement après le lavage.
- Procéder à l'hygiène des mains après avoir manipulé des tissus potentiellement contaminés.
- Si les tissus sont souillés avec des liquides biologiques, l'utilisation d'un javellisant est recommandée.

Autres recommandations

- Les salles communes, salles des employés et salles de bain (incluant les surfaces et objets fréquemment touchés) doivent être désinfectées au moins deux fois par jour, au début et à la fin de la journée de travail, ou plus souvent au besoin (grand achalandage, présence de souillures, etc.).
- Le port de bijoux et les vêtements amples sont déconseillés en massothérapie.
- Veiller à attacher les cheveux longs pendant les soins.
- Si plusieurs thérapeutes travaillent au même endroit, s'assurer que la présente procédure est appliquée de manière uniforme sur les lieux de travail.
- S'assurer que les équipements de protection individuelle nécessaires sont disponibles en quantité suffisante pour assurer la sécurité du massothérapeute et de sa clientèle.
- Nettoyer et désinfecter fréquemment les surfaces à l'extérieur de la salle de massage (idéalement au début et à la fin de la journée, et après le passage de chaque client) afin de limiter la propagation des infections.

Recommandations particulières

pour les soins offerts au domicile du client

Avant de se présenter au domicile du client

- Téléphoner au client avant de se présenter afin de s'assurer que le client et les autres personnes habitant à son domicile :
 - Ne présentent pas de symptômes de la COVID-19 (fièvre >38°C, toux récente ou toux chronique exacerbée, difficultés respiratoires, perte d'odorat subite sans congestion nasale et avec ou sans perte de goût, douleurs musculaires, céphalée, fatigue intense, perte d'appétit, mal de gorge, diarrhée) ;
 - N'ont pas voyagé à l'extérieur du pays au cours des 14 derniers jours ;
 - Ne sont pas en attente d'un test de dépistage pour la COVID-19 ou n'ont pas reçu de résultat positif à un tel test au cours des 14 derniers jours ;
 - N'ont pas été en contact avec un cas confirmé ou probable de la COVID-19 au cours des 14 derniers jours.

Note : en tout temps, le massothérapeute doit s'abstenir de se présenter chez un client s'il présente des symptômes de la COVID-19 ou s'il répond à l'un des critères ci-haut listés.

- S'assurer d'avoir en sa possession :
 - Une solution hydroalcoolique approuvée par Santé Canada ;
 - Des lingettes désinfectantes approuvées par Santé Canada OU le matériel nécessaire pour procéder à la désinfection (incluant produit désinfectant approuvé par Santé Canada, essuie-tout, etc.) ;
 - Les équipements de protection individuelle nécessaires à la prestation du soin de massothérapie (voir tableau 1);
 - Une copie de la décharge à faire signer au client.

À votre arrivée au domicile du client

- Conserver une distance minimale de 2 mètres avec toutes les personnes habitant au domicile du client (à l'exception du client pendant le soin).

Se référer à la section précédente pour la procédure à suivre avant, pendant et après les massages.

Recommandations particulières

pour les soins offerts en entreprise

Par soins offerts en entreprise, on parle par exemple des massages sur chaises ou sur table offerts aux employées d'une organisation.

Avant de se présenter en entreprise

- Téléphoner à la personne-ressource de l'entreprise afin de s'assurer que les clients qui seront massés :
 - Ne présentent pas de symptômes de la COVID-19 (fièvre >38°C, toux récente ou toux chronique exacerbée, difficultés respiratoires, perte d'odorat brutale sans congestion nasale et avec ou sans perte de goût, douleurs musculaires, céphalée, fatigue intense, perte d'appétit, mal de gorge, diarrhée) ;
 - N'ont pas voyagé à l'extérieur du pays au cours des 14 derniers jours ;
 - Ne sont pas en attente d'un test de dépistage pour la COVID-19 ou n'ont pas reçu de résultat positif à un tel test au cours des 14 derniers jours ;
 - N'ont pas été en contact avec un cas confirmé ou probable de la COVID-19 au cours des 14 derniers jours.

Note : en tout temps, le massothérapeute doit s'abstenir de se présenter dans une entreprise s'il présente des symptômes de la COVID-19 ou s'il répond à l'un des critères ci-haut listés.

- S'assurer d'avoir en sa possession :
 - Une solution hydroalcoolique approuvée par Santé Canada ;
 - Des lingettes désinfectantes approuvées par Santé Canada OU le matériel nécessaire pour procéder à la désinfection (incluant produit désinfectant approuvé par Santé Canada, essuie-tout, etc.) ;
 - Les équipements de protection individuelle nécessaires à la prestation du soin de massothérapie (voir tableau 1);
 - Une copie de la décharge à faire signer au client.

À votre arrivée en entreprise

- Conserver une distance minimale de 2 mètres avec les travailleurs (à l'exception des clients pendant le soin).

Se référer à la section précédente pour la procédure à suivre avant, pendant et après les massages.

Références

- 1) Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail — CNESST (mai 2020). [Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour le secteur des soins thérapeutiques — COVID-19.](#)
- 2) Institut national de la santé publique du Québec — INSPQ (10 mai 2020). [Recommandations intérimaires concernant les soins thérapeutiques en cabinet privé \(ex. : chiropraticiens, acupuncteurs, massothérapeutes, ostéopathes, etc.\).](#)
- 3) Institut national de la santé publique du Québec — INSPQ (4 avril 2020). [Procédure de nettoyage et de désinfection de l'environnement et des équipements pour les cliniques médicales.](#)
- 4) Santé Canada - [Liste des désinfectants pour surfaces dures et désinfectants pour les mains \(COVID-19\) : liste des désinfectants dont l'utilisation contre la COVID-19 a été prouvée](#)