

Aide à la décision - Virus respiratoires - Outil pour les employés

Mise à jour : 24 septembre 2025

Si je suis confronté à une des situations suivantes :

J'ai un ou des symptômes respiratoires, que dois-je faire?

J'ai un résultat positif à la COVID-19 suite à un test à la maison.

J'ai été en contact, à moins de 2 mètres et plus de 10 minutes, avec une personne ayant un résultat positif (famille, amis, usagers, collègues, etc.).

Je complète l'[outil d'autoévaluation des symptômes respiratoires](#) disponible sur intranet ou au [Santesaglac.gouv.qc.ca](https://santesaglac.gouv.qc.ca) section Professionnels - Santé et sécurité au travail.

Si on me recommande d'aller me faire dépister ET de m'isoler.

J'avise mon supérieur immédiat.
J'attends mon résultat de dépistage.

Si j'obtiens un test positif à la COVID-19, je dois aviser mon gestionnaire et je devrai être de retour au travail lorsque je répondrai aux critères suivants :

- Absence de fièvre depuis 24 h (sans prise de Tylenol ou Advil).
- Amélioration des symptômes depuis 24 h.
- Capacité à porter un N95 (jusqu'au jour 10, considérant que le jour 0 est la date de début des symptômes ou la date de prélèvement si asymptomatique).

Attention, si vous êtes immunosupprimé, enceinte ou si vous travaillez en hémato-oncologie, oncologie externe ou radio-oncologie, vous réferez aux directives reçues via le courriel de Clic Santé ou via l'[outil d'autoévaluation des symptômes respiratoires](#).

Si mon résultat est négatif à la COVID-19

- Je peux revenir au travail lors de la résolution de la température (sans prise de Tylenol ou Advil) et l'amélioration des symptômes.
- Je porte un masque de procédure jusqu'à la fin des symptômes.

Si on me recommande d'aller me faire dépister SANS m'isoler.
(ex. : lors d'éclosion dépistage aux 5 jours)

J'avise mon supérieur immédiat, mais je suis attendu au travail.
J'applique les mesures PCI de façon stricte et je surveille mes symptômes pour les prochains jours.

Si on me recommande de surveiller mon état de santé.

J'applique les mesures PCI de façon stricte et je surveille mes symptômes pour les prochains jours. Je suis attendu au travail.

Si je développe de nouveaux symptômes, je refais l'[outil d'autoévaluation des symptômes respiratoires](#).

 Fièvre	 Symptômes généraux	 Symptômes respiratoires	 Symptômes gastro-intestinaux
Fièvre : • Température buccale : 38,1 °C (100,6 °F) et plus	• Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale, avec ou sans perte de goût • Grande fatigue • Perte d'appétit importante • Douleurs musculaires généralisées (non liées à un effort physique) • Maux de tête	• Toux (nouvelle ou aggravée) • Essoufflement • Difficulté à respirer • Mal de gorge • Nez qui coule ou congestion nasale (nez bouché) de cause inconnue	• Nausées • Vomissements • Diarrhée • Maux de ventre

Crédit : <https://covid19.quebec.ca/>

Outil d'autoévaluation des symptômes respiratoires

