



Communiqué d'information COVID-19

MISES À JOUR DU COMITÉ CONSULTATIF DE MÉDECINE SPORTIVE :

Au 19 mars, le nombre de cas confirmés de COVID-19 s'élève à plus de 220.000 dans le monde, avec environ 85 000 cas guéris et plus de 9 000 décès. Les plus fortes hausses de cas continuent d'être enregistrées en Europe, notamment en Italie, en France, en Allemagne et en Espagne. Cent soixante et onze pays ont signalé des cas. Il est à noter qu'aucun nouveau cas local n'a été signalé en Chine. L'OMS a déclaré la COVID-19 comme étant une pandémie.

Au Canada, les chiffres augmentent à un rythme accéléré, avec plus de 725 cas confirmés, dont 9 décès. L'Agence de la santé publique du Canada affirme toujours que le risque global d'infection au Canada est faible, mais il est essentiel que l'ensemble de la nation travaille ensemble pour « aplatir la courbe épidémique » en minimisant la propagation. Tous les Canadiens et Canadiennes sont priés de rester chez eux, de faire du travail à domicile et de pratiquer la distanciation sociale (2 m de distance). Les conseils de prudence actuels sur l'importance de l'hygiène des mains et du visage et de la « distanciation sociale » sont toujours valables.

Mise à jour des recommandations du gouvernement du Canada :

- Tout voyage non essentiel à l'extérieur du Canada doit être évité, la frontière américaine est fermée à la circulation non essentielle.
- Tous les Canadiens actuellement à l'étranger sont priés de revenir au Canada le plus rapidement possible.
- Tous les voyageurs qui reviennent de n'importe quelle destination, y compris des États-Unis, sont tenus de s'isoler pendant 14 jours à compter de la date de leur retour (voir l'infographie ci-dessous pour des informations spécifiques sur ce qu'implique l'isolement volontaire).
- Puisque la possibilité d'entrer en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 augmente, nous avons inclus ce [lien de l'Agence de la santé publique du Canada](#) sur la gestion des contacts et l'isolement.
- Si vous présentez des symptômes (fièvre, toux, écoulement nasal, mal de gorge) au moment de monter à bord d'un avion pour rentrer au Canada, vous ne serez pas autorisé à prendre le vol.
- Les compagnies aériennes réduisent leur capacité et les vols (par exemple, Air Canada fonctionne à 50 pourcent de sa capacité normale), de sorte qu'il peut être difficile de revenir au Canada plus tard.
- À compter du 18 mars, les arrivées internationales par avion (à l'exception des États-Unis, des Caraïbes et du Mexique) ne passeront plus que par Toronto, Montréal, Calgary ou Vancouver.
- Le dépistage est accru et des conseils sur l'isolement volontaire sont donnés dans tous les aéroports (voir le lien infographique ci-dessous).

APPRENEZ LA DIFFÉRENCE : AUTO-SURVEILLANCE, AUTO-ISOLEMENT ET ISOLEMENT POUR LA COVID-19

Sports et instituts :

- Le CIO et le CIP travaillent avec les fédérations sportives internationales pour mettre au point des processus de qualification alternatifs équitables.
- L'INS, l'ICSO, l'ICSC, l'ICSP, le CCSS, le CCSM et le CCSA sont tous fermés. De nombreux membres du personnel font du télétravail. Contactez votre institut ou centre régional par courriel pour savoir comment accéder aux services.

ICS Pacifique

- Tout le personnel de l'ICS Pacifique travaille à distance et, à l'heure actuelle, ne fournit qu'un soutien et des services à distance à ses partenaires sportifs.
- Comme la clinique de thérapie du sport et d'exercice de Camosun est fermée, les intervenants médicaux et paramédicaux ne sont également en mesure de fournir que des services à distance pour le moment. Si un athlète souhaite une consultation médicale, veuillez contacter le Dr. McCluskey, médecin en chef de l'ICS Pacifique à l'adresse pmclluskey@csipacific.ca.
- Si un athlète souhaite une consultation en physiothérapie, veuillez envoyer un courriel à Sue Lott à suzyqlott@gmail.com.
- Si vous souhaitez obtenir une consultation en musculation et conditionnement physique, veuillez contacter le responsable du conditionnement physique de l'ICS Pacifique pour votre sport
- Si vous souhaitez une consultation en physiologie, veuillez consulter votre responsable de la physiologie du sport.

ICS Calgary

- Les médecins sont disponibles pour des rendez-vous cliniques en personne en contactant notre coordonnatrice médicale au 587-830-2240 ou à mcosh@csicalgary.ca. Des conseils généraux et/ou des rendez-vous de suivi peuvent également être organisés à distance par téléphone en fonction de la situation particulière de chaque athlète.
- Les athlètes qui ont besoin de services de thérapie du sport doivent communiquer directement avec le thérapeute de leur équipe par courriel ou par téléphone pour prendre rendez-vous pour une séance de réadaptation en personne ou virtuelle. Les athlètes ayant besoin de l'avis d'un thérapeute doivent communiquer avec la coordinatrice médicale au numéro / adresse électronique ci-dessus.
- Le personnel de musculation et de conditionnement est également disponible pour une consultation en personne ou à distance. Veuillez contacter votre entraîneur directement par courriel ou par téléphone.

CCS Saskatchewan

- Pour les services de nutrition et de préparation mentale, ainsi que pour la musculation et le conditionnement, contactez votre intervenant par courrier électronique, ou Travis Laycock à travis.laycock@sasktel.net ou la responsable des services aux athlètes Kia Schollar à kschollar@sasksport.ca
- Pour Plan de match et les services de santé mentale, contactez Lisa Hoffart (conseillère Plan de match) lhoffart@mygameplan.ca
- Les bureaux du CCSS/Sask Sport sont fermés au public, mais vous pouvez communiquer avec quelqu'un par courriel à l'adresse mdezell@sasksport.ca ou par téléphone cellulaire au 306-281-5814.

CCS Manitoba

- Les services de nutrition et de psychologie du sport continuent comme d'habitude. Veuillez contacter votre intervenant ou le responsable des services aux athlètes, Scott Sywy (scott@cscm.ca) pour y avoir accès.
- Les services de musculation et de conditionnement physique sont fournis par vidéo. Les athlètes identifiés par les équipes nationales et les ONS reçoivent de l'équipement à utiliser à domicile après une évaluation des besoins et des contraintes d'espace. Veuillez contacter votre intervenant ou le responsable des services aux athlètes, Scott Sywy (scott@cscm.ca) pour plus d'informations.
- Des tests de laboratoire/physiologiques sont disponibles pour les athlètes de manière individuelle, à condition qu'ils aient respecté les protocoles de quarantaine ou d'isolement volontaire après un voyage ou une exposition potentielle. Pour discuter de circonstances particulières, veuillez contacter notre physiologiste, Jeremie Chase (jeremie@cscm.ca).

ICSO – tableau de distribution 416-596-1240

- Les médecins sont disponibles pour des consultations à distance en communiquant avec notre coordonnateur médical au 647-725-4105 ou à sportmedicine@csiontario.ca. Nous communiquons activement avec tous ceux qui avaient déjà un rendez-vous avec un médecin au moment de la fermeture.
- Le personnel de thérapie prend régulièrement contact à distance avec les athlètes dont il s'occupe pour vérifier leurs programmes d'exercices, leur progression et leur état de santé. Les

athlètes qui ont besoin de communiquer avec un thérapeute doivent contacter le coordonnateur médical au numéro ou à l'adresse électronique ci-dessus.

- Les membres du personnel de musculation et conditionnement physique communiquent également à distance avec les athlètes qu'ils entraînent normalement, sont disponibles pour des consultations à distance et peuvent être contactés par courriel ou par téléphone.

INS Québec

- Les médecins sont disponibles pour des consultations à distance soit en communiquant avec eux directement, soit par l'intermédiaire de notre secrétaire médicale qui travaille à distance (514-255-1000 poste 301 ou courriel : medical@insquebec.org.) Tous les athlètes qui avaient un rendez-vous ont été contactés par téléphone ou par courriel.
- Les membres du personnel de thérapie s'entretiennent régulièrement à distance avec les athlètes dont ils s'occupent pour vérifier leurs programmes d'exercices, leur progression et leur état de santé. Les athlètes qui ont besoin d'un thérapeute doivent contacter la secrétaire médicale au numéro / adresse électronique ci-dessus.
- Le personnel de musculation et de conditionnement physique est également disponible pour des consultations à distance. Les intervenants travaillent à l'élaboration de programmes à domicile, à la mise en place de séances web (pour de petits groupes) et nous étudions des programmes de prêt d'équipement.

CCS Atlantique

- Les membres du personnel du CCSA travaillent tous à distance. Tous les experts des services de performance sont prêts à aider les athlètes et les entraîneurs en cas de besoin.
- Tous les services de Plan de match sont disponibles ainsi que les demandes de renseignements concernant les défis spécifiques auxquels les athlètes sont confrontés en cette période d'incertitude.

Information additionnelle

- Les ONS déterminent les meilleurs milieux d'entraînement et les stratégies les mieux adaptées pour soutenir l'entraînement des athlètes et leur bien-être général. Les ONS sont encouragés à contacter les ICS/CCS pour les informer des initiatives ou du soutien nécessaires pour répondre aux besoins des athlètes.
- Comme indiqué précédemment, les athlètes ne devraient pas consulter un médecin sur place pour des problèmes respiratoires (toux, fièvre, écoulement nasal, maux de gorge) dans les cliniques des ICS/CCS s'ils se sentent malades. Consultez les autorités locales de santé publique ou les médecins en chef par téléphone ou par courriel pour discuter du traitement, de l'isolement ou de la nécessité d'un dépistage.
- Au cours des 48 dernières heures, de nombreuses fermetures et restrictions ont été imposées aux rassemblements publics, aux restaurants, aux bars, aux casinos, aux gyms, aux bibliothèques, etc. dans tout le pays. Cela varie d'une région à l'autre. Pour plus de détails et de précisions, consultez les liens des provinces ici ([LIENS DES PROVINCES](#)) ou les liens de votre propre ville.

Mise en garde concernant les médicaments anti-inflammatoires / AINS

- Comme l'ont rapporté l'OMS et le *British Medical Journal* publié le 17 mars, les personnes suspectées d'avoir la maladie COVID-19 doivent éviter les anti-inflammatoires non stéroïdiens (appelés AINS tels que : ibuprofène / Advil / Motrin ; naproxène / Aleve ; diclofénac / Voltaren ; ASA / Aspirine ; autres) pour les symptômes et utiliser plutôt de l'acétaminophène / Tylenol.
- L'utilisation d'AINS peut entraîner des symptômes plus graves de complications respiratoires ou septiques et de complications cardiovasculaires.
- Si un soulagement des symptômes de la fièvre ou des douleurs est nécessaire, utilisez de l'acétaminophène (par exemple Tylenol ou d'autres marques), plutôt que des AINS.

Milieus d'entraînement:

- Les ONS doivent empêcher les athlètes, les entraîneurs et le personnel présentant des symptômes d'assister aux entraînements.
- Les avis médicaux recommandent de s'isoler en restant chez soi et en évitant les rassemblements de masse et les transports publics. L'entraînement à l'extérieur (par exemple la course à pied) est autorisé dans l'isolement ; il faut éviter les rassemblements sociaux ou les groupes d'entraînement.

- Un espacement de 2 mètres ou plus pour les athlètes en exercice (équivalent à $4m^2 = 45pi^2$ de surface au sol par athlète dans les espaces intérieurs) est recommandé et devrait être adopté par les ONS en termes d'espacement des athlètes et des équipements.
- Si les installations d'entraînement sont toujours accessibles, les ONS devraient vérifier auprès des services de nettoyage des installations quels sont les liquides de nettoyage utilisés et comment les méthodes ont été améliorées afin de garantir une efficacité optimale des produits et de s'assurer que le nettoyage est axé vers les surfaces fréquemment touchées par les mains plutôt que vers les sols et les murs, etc.
- Les ONS devraient revoir attentivement les entraînements dans les lieux publics qu'ils ne peuvent pas contrôler afin d'améliorer les pratiques d'hygiène ou l'espacement social approprié pour les athlètes. Ils devraient envisager l'utilisation en dehors des heures d'achalandage et leur implication en ce qui concerne le nettoyage.

Santé mentale:

- Il est important de s'occuper de la santé mentale des athlètes dont l'entraînement ou la qualification pour les Jeux d'été de 2020 ont pu être interrompus par cette pandémie.
- Les athlètes peuvent contacter par courriel des professionnels de la santé mentale ou des consultants en performance mentale auprès de leur ONS ou des instituts régionaux.
- Veuillez consulter le lien infographique de Plan de match ci-dessous pour des conseils supplémentaires.

GUIDE DE RESSOURCES SUR LA SANTÉ MENTALE DES ATHLÈTES DE L'ÉQUIPE NATIONALE CANADIENNE

UNE MISE À JOUR SERA FOURNIE TOUTES LES 48 HEURES À 16H00 HNE.

CORONAVIRUS

Covid-19 2019-nCov

Qu'est-ce que c'est? Q

COVID-19 est un nouveau virus et les responsables de la santé sont donc encore en train d'en apprendre davantage sur son incidence et sa gravité. À l'heure actuelle, il semble provoquer une maladie similaire à la grippe, les signes les plus courants de l'infection étant la fièvre, la toux et l'essoufflement. Dans les cas graves, les patients peuvent développer une pneumonie, une détresse respiratoire grave, une insuffisance rénale et la mort.

LA PRÉVENTION

- Restez à la maison lorsque vous êtes malade
- Évitez les contacts étroits avec les personnes malades
- Lavez-vous les mains au moins 20 secondes
- Couvrez votre toux ou éternuez avec un mouchoir
- Évitez de toucher les yeux, le nez et la bouche avec les mains non lavées
- Nettoyez et désinfectez les objets et les surfaces fréquemment touchés
- Utilisez un désinfectant pour les mains qui contient au moins 60% d'alcool
- Éviter les endroits bondés et tous les déplacements inutiles

SYMPTÔMES

● Common ● Moins typique

INCUBATION

2-14 JOURS

Comme les premiers symptômes du COVID-19 sont similaires à ceux d'autres maladies respiratoires, si vous présentez l'un des symptômes courants (fièvre, toux et essoufflement), vous devez contacter le bureau de votre médecin et prendre rendez-vous pour une consultation.

Liens actualisés du gouvernement du Canada et de l'OMS

- <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19.html>

- <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- [Provincial Information](#)

Avis aux voyageurs

Tous les pays recommandent de ne pas voyager et exigent une auto-isolation de 14 jours à leur retour.

Autres questions:

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le COVID-19 communiquez avec le médecin en chef ou le médecin de l'équipe de votre ONS, ou des médecins en chef du Comité consultatif de la médecine du sport.

- Dr. Mike Wilkinson, Comité olympique canadien : mwilkinson@olympic.ca
- Dr. Andy Marshall, Comité paralympique canadien : amarshall@paralympic.ca
- Dr. Suzanne Leclerc, Institut national du sport du Québec : sleclerc@insquebec.org
- Dr. Doug Richards, Institut canadien du sport de l'Ontario : drichards@csiontario.ca
- Dr. Brian Benson, Institut canadien du sport de Calgary : bbenson@csicalgary.ca
- Dr. Paddy McCluskey, Institut canadien du sport du Pacifique : pmccluskey@csipacific.ca

MISES À JOUR PRÉCÉDENTES

Généralités

Ce message commun provient du Comité consultatif de la médecine du sport (mené par À nous le podium), composé de médecins en chef du Comité olympique canadien, du Comité paralympique canadien et du réseau des instituts du sport olympique et paralympique du Canada (RISOP). Il a pour but de guider la prise de décision des organismes nationaux de sport (ONS) en ce qui concerne les déplacements pour les compétitions au Canada et à l'étranger. Les sources d'information proviennent des sites web de l'Organisation mondiale de la santé, du gouvernement du Canada et de l'*Australian Institute of Sports*. D'autres références sont énumérées dans ce document. Cet avis sera mis à jour régulièrement et distribué aux ONS et aux autres partenaires du sport de haut niveau.

L'épidémie de maladie respiratoire grave liée au nouveau coronavirus (COVID-19) continue d'avoir des répercussions de plus en plus importantes au niveau international. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) fournit des mises à jour régulières qui guident nos recommandations. [Les dernières déclarations de l'OMS sur la flambée de la maladie provoquée par le coronavirus \(COVID-19\) sont disponibles sur le site de l'OMS.](#)

Le COVID-19 est un virus de la famille des coronavirus. Les coronavirus de cette famille sont responsables de maladies qui vont du simple rhume à des maladies plus graves comme le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS-CoV) et le syndrome respiratoire du Moyen-Orient (MERS-CoV). Le COVID-19 est un nouveau virus et les responsables de la santé sont donc encore en train d'en apprendre davantage sur son incidence et sa gravité. À l'heure actuelle, il semble provoquer une maladie similaire à la grippe, les signes les plus courants de l'infection étant la fièvre, la toux et l'essoufflement. Dans les cas graves, les patients peuvent développer une pneumonie, une détresse respiratoire grave, une insuffisance rénale et la mort.

Épidémiologie: les statistiques

Les rapports provenant de **Chine** indiquent qu'avec le COVID-19:

- 1% ne présentent aucun symptôme

- 81% ont des symptômes légers
- 14% présentent des symptômes graves qui les amènent à s'absenter du travail ou à se rendre à l'hôpital
- 5% présentent des symptômes graves qui entraînent leur admission en soins intensifs, dont un taux de mortalité de 2,3 %.
- Le taux de mortalité est le plus élevé chez les personnes âgées et les personnes souffrant d'autres problèmes médicaux.
- L'estimation du risque pour les athlètes (c'est-à-dire plus jeunes et en meilleure santé) serait similaire à celle du risque pour le personnel de la santé ; taux de mortalité de 0,3%

Article disponible en anglais seulement :

[Wu and McGoogan JAMA 2020-02-24 Characteristics of and Lessons from COVID-19 in China](#)

[*Wu et McGoogan JAMA 2020-02-24; Caractéristiques et leçons du COVID-19 en Chine*]

Au Canada, le nombre de cas est peu élevé. À l'heure actuelle, le risque de contracter le COVID-19 au Canada est très faible.

Évolution clinique

Il semble que le COVID-19 soit plus contagieux que le virus de la grippe typique.

Le virus se transmet principalement par les gouttelettes respiratoires expulsées par le nez ou par la bouche lorsqu'une personne tousse ou éternue. Les personnes qui présentent des symptômes sont plus susceptibles de propager la maladie que celles qui en sont atteintes mais qui ne présentent pas de symptômes. Des recherches sont en cours pour déterminer s'il existe d'autres modes de transmission possibles, comme les matières fécales ou l'air.

La période d'incubation estimée (temps entre l'exposition initiale et l'apparition des symptômes) est de 1 à 14 jours, mais est d'environ cinq jours en moyenne. Les symptômes peuvent persister pendant plus de trois semaines, bien que la durée de la maladie soit très variable.

Prévention

Les recommandations pour se protéger et prévenir la propagation de cette maladie sont de se laver fréquemment les mains et de se couvrir le nez et la bouche lorsqu'on tousse. Essayez de tousser ou d'éternuer dans votre bras, loin des autres, ou dans un mouchoir en papier (à jeter dans les toilettes). Lavez-vous les mains immédiatement après avoir toussé ou éternué. Vous devez éviter tout contact étroit avec toute personne présentant des symptômes de maladie respiratoire.

Les recherches sur les infections respiratoires au sein d'équipes sportives en déplacement suggèrent que le **mode de propagation** le plus probable se produit **au sein d'une équipe**, plutôt qu'à partir de sources externes. Lorsqu'un membre malade rejoint l'équipe, les infections peuvent se propager facilement en raison d'un contact physique étroit et fréquent entre les membres de l'équipe (Valtonen *et al*, 2019). Il faut envisager de retarder les déplacements des membres de l'équipe qui sont malades.

Que faire si vous pensez avoir le COVID-19

Comme les premiers symptômes du COVID-19 sont similaires à ceux d'autres maladies respiratoires, si vous présentez l'un des symptômes courants (fièvre, toux et essoufflement), vous devez contacter le bureau de votre médecin et prendre rendez-vous pour une consultation.

Traitement:

Pour l'instant, il n'existe pas de traitement spécifique pour le COVID-19. Les objectifs de la prise en charge médicale sont d'identifier d'autres causes de maladie traitables (comme la grippe), de gérer les complications éventuelles du COVID-19 et de fournir des conseils sur la manière de minimiser la transmission à partir des cas connus.

Des efforts sont déployés au niveau international pour produire un vaccin et pour déterminer si les médicaments antiviraux actuellement disponibles sont efficaces et sûrs. Une mise à jour devrait être publiée au milieu de l'année 2020. Un vaccin prendra probablement plus de temps car il devra passer par des essais cliniques plus longs pour confirmer sa sécurité et son efficacité.

Voyager pour participer à des manifestations sportives

Nous vous recommandons de consulter les conseils aux voyageurs du gouvernement du Canada à l'adresse suivante: [Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Conseils aux voyageurs](#)

En avion:

La vigilance est de mise en ce qui concerne l'hygiène des mains et du visage. Restez hydraté.

Le Centre européen de prévention et de contrôle des maladies (European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC)- disponible en anglais seulement) a publié des recherches sur le risque de contamination par des [maladies infectieuses à bord des avions](#). Bien qu'il n'existe actuellement aucune donnée sur le risque de transmission du COVID-19 pendant un voyage en avion, on a analysé le risque lié à des maladies similaires, comme la grippe et le SRAS. Le ECDC a conclu que les données disponibles pour évaluer le risque de transmission de la grippe à bord d'un avion ne sont pas de qualité suffisante. La transmission du SRAS a été documentée lors de voyages en avion, la transmission se produisant très probablement chez les personnes gravement malades ou chez celles dont l'état se détériore rapidement, généralement dans la deuxième semaine de leur maladie.

Au retour d'un voyage:

Les autorités de santé publique recommandent une combinaison d'autosurveillance et d'auto-isolément au retour d'un voyage international; les conseils spécifiques de chaque autorité provinciale et territoriale peuvent varier selon les régions visitées et se trouvent dans le tableau ci-dessus.

Les athlètes et les entraîneurs présentant actuellement de la fièvre, de la toux ou de l'essoufflement devraient retarder leur vol et demander un examen médical. Si des symptômes apparaissent pendant votre vol, vous devez en informer les agents de bord, mettre un masque facial P2 ou N95 et demander un examen médical dès que possible à l'arrivée.

Masques faciaux:

Les masques faciaux sont plus efficaces pour prévenir la transmission lorsqu'ils sont **portés par des personnes malades**. Si vous êtes en bonne santé, les masques ne doivent être portés que par les personnes qui sont en contact étroit avec des personnes malades (c'est-à-dire recommandés pour les professionnels de la santé). Pour être efficaces, les masques doivent être ajustés correctement. Une bonne ressource (*disponible en anglais seulement*) est le site web australien sur la santé *Australian New South Wales Health* ([comment ajuster un masque facial](#)). Vous pouvez aussi consulter le lien suivant en français https://www.youtube.com/watch?v=lgyw9ZZyS_w

Considérations pour les athlètes, les entraîneurs, les organisations sportives et les organisateurs d'événements

Athlètes et entraîneurs:

Avant de se rendre à l'étranger pour des camps d'entraînement et des compétitions

- Les risques associés aux voyages et aux compétitions varient en fonction de multiples facteurs, notamment le lieu, l'âge et l'origine des participants, les lieux de compétition à l'intérieur ou à l'extérieur et les sports de contact ou sans contact. Consultez le médecin de votre équipe, le médecin en chef de votre ONS ou le médecin chef de votre institut du sport pour obtenir des informations détaillées sur ces questions.
- Prenez rendez-vous avec le médecin de votre équipe ou votre médecin habituel avant le départ pour vous assurer que vos vaccinations sont à jour et que vous aurez suffisamment de vos médicaments habituels, avec la documentation correspondante, pour la durée totale de votre voyage et au moins une semaine supplémentaire. Pour être efficaces, les vaccins doivent être administrés bien avant le voyage.

- Les conseils aux voyageurs changent fréquemment. Consultez régulièrement les [Conseils de santé aux voyageurs du gouvernement du Canada](#) avant votre départ, ainsi que le ministère de l'immigration du pays où vous vous rendez ensuite.
- Il est préférable de disposer de plans de voyage en cas d'urgence, avec la possibilité de changer de vol si nécessaire.
- Il n'est pas nécessaire de modifier vos exercices ou votre entraînement si vous vous sentez bien, ni de porter un masque en public.

Organismes nationaux du sport (ONS):

- Lorsque les ONS ont à se rendre dans des endroits à haut risque, il est recommandé de faire voyager le médecin de l'équipe avec l'équipe. Il ne faut pas s'attendre à ce que d'autres professionnels de la santé coordonnent ou fournissent des soins médicaux.
- Il est recommandé de souscrire une assurance voyage adéquate pour votre équipe, sur laquelle vous pourrez compter en cas d'évacuation médicale.
- Lors de la planification des camps d'entraînement, il faut tenir compte de facteurs tels que la facilité d'accès aux ressources médicales et la prévalence des taux d'infection dans les pays voisins.

Manifestations sportives au Canada:

- Il y a eu très peu de cas de COVID-19 diagnostiqués au Canada. Rien n'indique actuellement que les organisateurs d'événements doivent retarder ou reporter les manifestations sportives au Canada.
- Pour les athlètes internationaux qui se rendent au Canada pour participer à des compétitions, seul le gouvernement du Canada devrait fournir des détails sur les restrictions de voyage actuellement en vigueur. Tous les voyageurs qui présentent des symptômes de fièvre, de toux et d'essoufflement devraient se faire conseiller une évaluation médicale.
- Les rassemblements populaires et les manifestations sportives peuvent poser des problèmes supplémentaires de contrôle des infections en général. Si votre événement suscite des inquiétudes, veuillez en discuter avec votre médecin en chef qui peut vous aider à mettre en place des stratégies d'atténuation des risques en collaboration avec votre service local de santé publique, le cas échéant.

Autres ressources:

- [Conseils aux voyageurs de l'OMS](#)
 - [Tableau de bord des situations d'urgence de l'OMS](#)
 - [Rapports de situation de l'OMS](#)
 - [WHO Coronavirus Myth Busters](#)
 - [Centres américains de contrôle et de prévention des maladies](#)
 - [Johns Hopkins COVID-19 dashboard](#)
-