

Recommandations à donner aux clubs et à leurs enseignants dans le cadre de la pandémie COVID-19 (Virus SARS-COV-2)

Ce document a été établi en collaboration avec la Direction Technique Nationale de la FFE, une infirmière hygiéniste, un médecin et un pharmacien hygiénistes. D'autre part, il s'est appuyé sur tous les éléments transmis à la DTN par les autres fédérations, les recommandations du CNOSF et du ministère des sports et de la santé, sur les contacts du médecin fédéral avec les entreprises fabriquant des produits désinfectants et les équipementiers. Il a été relu et avalisé par le médecin fédéral adjoint, le Pr Mathias Poussel, ainsi que par les membres de la commission médicale fédérale. D'autre part, ce document est transmis au Dr Catherine Defoligny, médecin de la F.I.E.

Quelques rappels sur le coronavirus :

Le SARS-COV-2 est un coronavirus qui se propage par voie respiratoire et vraisemblablement cutanée. Les mains sont les premiers vecteurs du virus car elles viennent au contact du visage de nombreuses fois chaque heure. Les gouttelettes et microparticules émises lors de la respiration, de la toux et des éternuements sont les deuxièmes vecteurs par action directe sur les voies aériennes. La durée de vie du virus est variable selon le degré d'humidité et les supports. On sait qu'elle varie de quelques heures à 9 jours et le virus est particulièrement stable sur l'acier et le plastique (1). Aucune étude, cependant n'a montré son degré d'activité durant ces périodes.

Entre autres produits chimiques, il est détruit par l'hypochlorite de sodium (eau de javel) et le peroxyde d'oxygène (eau oxygénée) à des concentrations précises, les ammoniums quaternaires et le savon de Marseille. Il est aussi détruit par le lavage des mains avec du savon de Marseille ou du produit désinfectant hydro alcoolique. Il ne résiste pas à une température de au moins 60° pendant au moins 30 minutes. Il n'existe, à l'heure actuelle, aucun traitement validé du COVID-19, ni aucun vaccin mais de nombreuses recherches sont en cours.

Les gestes barrière de base :

Ils sont bien définis à l'heure actuelle et méritent d'être rappelés :

Se laver les mains très régulièrement selon les recommandations de l'OMS (2)

Tousser dans son coude ou dans un mouchoir à usage unique

Jeter le mouchoir dans une poubelle immédiatement

Éviter contacts, poignées de main et embrassades

Respecter une distance d'au moins 1 m entre deux personnes

Désinfecter scrupuleusement les surfaces à risque de contamination (toilettes, poignées de porte, etc..)

Les normes des produits désinfectants :

Les produits utilisés pour désinfecter mains et matériel doivent être virucides sur les coronavirus et répondre à la norme AFNOR 14-476. Il existe deux normes AFNOR 14-476, A1 et A2, selon la date d'obtention de la référence. Aucun test n'a été pratiqué sur la souche actuellement active mais les produits répondant à ces normes sont actifs sur tous les autres coronavirus (A1 et A2). Il est important de vérifier aussi que les solutions hydro alcooliques utilisées répondent à ces normes.

Les problèmes spécifiques de l'escrime en période de COVID-19 :

L'escrime est un sport explosif qui se pratique dans une salle fermée où plusieurs personnes se retrouvent avec convivialité et/ou esprit de compétition, pour une pratique-santé ou en recherche de performance. La diffusion du virus peut être majorée par l'hyperventilation induite par l'exercice. La distanciation sociale devrait de ce fait être augmentée, ce qui est rendu impossible par la proximité des escrimeurs lors d'un assaut.

L'âge des escrimeurs varie de la petite enfance à un âge très avancé. L'âge des enseignants varie aussi....

La tenue et le matériel sont une contrainte non adaptable. La sécurité des escrimeurs passe par un matériel aux normes et complet. Le port recommandé du masque chirurgical est impossible dans le contexte.

L'électrification des assauts d'escrime implique la manipulation d'éléments communs à tous les escrimeurs ainsi que la bonne conduction des masques dans certaines disciplines (sabre).

La tradition de la poignée de main finale est bien ancrée dans l'esprit de l'escrimeur.

L'enseignant, en collaboration avec le président du club, est responsable de la sécurité de sa salle d'armes et des sportifs qui y pratiquent. Il est amené à corriger certaines actions ou positions en se rapprochant de son élève, ce qui ne rentre pas dans les recommandations actuelles de distanciation sociale et risque de ne plus être

souhaitable dans la pratique sportive même à distance de cet épisode. Nous n'évoquons ici, bien sûr, que le risque infectieux.

Le matériel, lorsqu'il est partagé, est un vecteur de propagation virale, bactérienne ou fongique. L'obligation de procédures de désinfection est évidente dans ce contexte.

Il est à noter que l'escrime artistique et l'escrime laser ne sont impactées par ces conseils de désinfection que pour l'arme et le gant et la distanciation reste, dans ces pratiques particulières, plus facilement dans les normes. Bien évidemment, tous ces problèmes sont actuellement étudiés par le ministère des sports et la plupart des réponses seront apportées par nos tutelles. Cependant, il faut garder à l'esprit que les mentalités et les habitudes de vie sont susceptibles de changer après une telle période de pandémie et un confinement prolongé et que l'exigence des parents et des sportifs sera différente, sans compter les réticences induites par les craintes de contagion (4).

Les réponses à apporter :

Nous ne les avons pas toutes !

- 1) La protection des enseignants :
 - a. La distanciation sociale est difficile à mettre en place mais c'est une démarche essentielle pour la protection des enseignants, d'autant que les enfants et les adultes peuvent être porteurs du virus sans être symptomatiques (les infections graves sont exceptionnelles chez l'enfant mais pas égales à zéro).
 - b. Les enseignants en situation de vulnérabilité (âge, pathologie chronique associée) doivent être tenus loin des salles d'armes dans la mesure du possible et, en cas d'impossibilité, s'astreindre à un respect draconien des recommandations de la direction générale de la santé.
 - c. Les consignes maximales de sécurité seront appliquées (masque, gants, lunettes de protection) pour tous ceux qui appliquent les produits désinfectants.
- 2) La protection des escrimeurs :
 - a. Une infection par COVID-19 peut avoir des répercussions à moyen terme sur la santé cardiaque et respiratoire des personnes atteintes, même après la fin des symptômes. Une consultation d'absence de contre-indication à la reprise du sport doit être recommandée pour toute personne qui a été atteinte ou qui a présenté des signes frustrés, d'autant que la reprise de l'escrime aura lieu en début d'année sportive. Pour rappel, une fatigue anormale, une perte du goût et de l'odorat, des douleurs thoraciques non typiques d'une pathologie cardiaque, une fièvre fugace et/ou une toux sèche, des douleurs musculaires peuvent évoquer une infection frustrée. Une gêne respiratoire, quant à elle, est un signe de gravité. Ces signes, frustrés ou plus sérieux, peuvent être présentés aussi par un escrimeur ayant repris son activité sportive et une consultation chez son médecin s'impose ainsi que la surveillance des personnes avec qui il a eu des contacts rapprochés. De plus, il sera demandé à tout sportif qui présentera une infection par coronavirus (ou aura eu un contact rapproché avec une personne atteinte) après la reprise de son activité sportive en salle, de ne pas se présenter dans la salle d'armes et d'avertir le médecin du comité régional ou la commission médicale nationale afin que des mesures puissent être prises très rapidement.
 - b. Comme pour les enseignants, l'âge des escrimeurs est un facteur de vulnérabilité. Il est souhaitable que les escrimeurs vétérans 3 et 4 et ceux porteurs de pathologies chroniques retardent leur retour dans une salle d'armes d'autant que la reprise sera en début d'année sportive et qu'ils devront revoir leur médecin de toutes manières pour la classique visite d'absence de contre-indication avec les examens nécessaires. Tous ceux qui n'ont présenté aucun symptôme et qui ne relèvent pas des recommandations fédérales quant à une visite annuelle rempliront le questionnaire 15699*01 de reprise du sport Ainsi que tout autre questionnaire demandé par le ministère après cette phase de pandémie.
 - c. Dans l'idéal, une feuille de présence sera tenue lors de chaque séance afin de pouvoir répondre à une éventuelle enquête sur les contacts récents d'une personne nouvellement atteinte du COVID, si ces procédures sont toujours d'actualité à l'ouverture des salles d'armes.
- 3) Les matériaux qui constituent les tenues d'escrime, gants, masques et armes :
 - a. Nous ne pouvons envisager ici que le matériel homologué. De nombreux contacts avec les équipementiers d'escrime montrent que la qualité des matériaux est très disparate.
 - b. Les masques sont en acier, pas toujours inoxydable et pas toujours de grande qualité, recouverts ou non de nylon, de peintures époxy à chaud ou de peinture simple ou sans couverture. Il est évident que les produits ne doivent en aucun cas être corrosifs vis-à-vis de ces matériaux. Les produits appliqués ne doivent pas être corrosifs sur les métaux et sans autres effets délétères sur ceux-ci. Malgré tout, il est

impératif de déceler le moindre point de rouille par un examen minutieux. La bavette est en tissu de qualités diverses mais, là aussi, la plupart des fabricants stipulent que leurs produits n'ont pas d'effets délétères. Le problème de la conduction des masques de sabre n'est pas résolu. L'idéal reste, bien sûr, le masque personnel mais c'est un élément onéreux pas toujours compatible avec une pratique large. Les masques peuvent aussi être prêtés ou loués avec toute la tenue et pour toute l'année sportive. Une désinfection de fin d'année et le repos de ce matériel sont les garants de leur propreté.

Cependant, les masques personnels, que l'on soupçonne d'être des foyers de germes divers, ne doivent pas échapper à une désinfection régulière. Les masques à intérieur détachable et lavable sont un plus évident. Aucun système permettant une diminution du passage de gouttelettes expirées dans l'atmosphère n'est actuellement commercialisé mais ce pourrait être une piste intéressante, étant bien entendu que tout système doit être testé sur son retentissement sur l'oxygénation et la capnie (contenu de gaz carbonique) du sang.

- c. Les gants sont un des éléments les plus susceptibles de transporter le virus. Les mains, gantées ou non, se portent sur le visage et donc sur les voies aériennes. L'idéal reste le gant personnel, d'autant que le coût du gant peut être modéré. Le prêt ou la location pour l'année est aussi une alternative à un achat par le sportif ou sa famille tout en assurant une sécurité microbienne.
- d. Les armes sont en acier ou en plastique pour les kits « premières touches » ou les initiations des petits, donc des matériaux sur lesquels le virus reste très longtemps présent. La désinfection des armes partagées, à fortiori des armes en plastique (sans gants pour l'initiation) doit être obligatoire.
- e. Les tenues, cuirasses, sous-cuirasses et pantalons, en polyester ou coton et polyester, ne peuvent être lavées à 60°. Elles ne doivent pas non plus passer en sèche-linge. C'est le lavage qui sera la méthode la plus efficace pour leur entretien dans le cadre du COVID-19, de préférence avec du savon de Marseille. Le médecin hygiéniste consulté conseille d'enfermer les tenues dans un sac hermétiquement fermé (type sac congélation) dès la fin de la séance et de ne les laver qu'au bout de 24h. Si ce processus n'est pas possible, l'ajout d'un désinfectant pour linge peut permettre un assainissement des tenues si ce produit est actif sur les coronavirus (cf fiche des produits au dos des flacons). La souche actuellement active du virus n'a pas été testée mais certains produits ont démontré leur action sur les autres souches de Coronavirus.

4) La pratique dans une salle d'armes fermée :

- a. A l'heure actuelle, seule la pratique en extérieur est autorisée par le ministère des sports avec respect des distances entre les personnes. Les possibilités de reprise dans ce cadre ont été définies par la DTN.
- b. Des recommandations de désinfection des locaux municipaux devraient être données aux collectivités locales avant la reprise de toute activité en intérieur.
- c. Cependant, une large aération de la salle pendant ¼ d'heure avant le début des cours sera toujours nécessaire afin d'assainir l'atmosphère et diminuer la quantité de virus en suspension quand la pratique y aura repris. Même en dehors de pandémie, c'est une habitude fortement conseillée.

5) Les produits de désinfection :

- a. Certains produits sont déjà utilisés par des fédérations sportives afin de désinfecter le matériel partagé (Sports nautiques, cyclisme, etc...). Les produits que nous avons répertoriés sont aux normes 14-476, certains A1, d'autres A2 (A2 : actifs sur novovirus murin et adénovirus, tests demandés en 2019). Ils sont sans rinçage. Les produits de trempage ne sont pas indiqués pour ce qui nous concerne.
- b. Ils entrent tous dans le cadre des désinfections dans le domaine agro-alimentaire.
- c. L'utilisation d'ozone, évoquée par certains et effectivement séduisante, n'est pas homologuée contre le COVID.
- d. Ils doivent impérativement pouvoir être utilisés en spray afin d'atteindre les parties « cachées » des masques et armes.
- e. Une désinfection n'étant vraiment efficace que sur un support propre, l'utilisation d'une brosse souple ou d'une serviette à l'intérieur et à l'extérieur du masque doit être demandée à chaque sportif dès la fin de la séance.
- f. Les procédures doivent être précisées afin d'éviter toute irritation oculaire, cutanée ou respiratoire de celui qui le passe et de celui qui portera le masque s'il a été porté par une autre personne. Le choix du produit sera aussi fait sur des critères stricts de non ou faible toxicité.
- g. Le temps de séchage est d'au moins 15 minutes.
- h. Le produit doit pouvoir être éliminé dans les canalisations sans effet délétère sur l'environnement.
- i. Le produit sera vaporisé avec les masques à terre sur un tissu lavable à au moins 60° (idéalement du coton lavable à 90°) afin d'éviter l'aérosolisation d'éventuels germes dans l'atmosphère de la salle. Ce tissu sera enfermé après la procédure et mis à laver. Bien sûr, une bâche jetable est aussi adéquate si elle est jetée

dès la fin de la désinfection dans une poubelle. Cette poubelle est munie d'un sac refermable et jetable en suivant la procédure.

- j. Pour aller plus loin dans le conseil de produits, une liste non exhaustive pourra être remise par la fédération à ceux qui le demandent.
- 6) Le cas particulier de l'initiation des jeunes publics :
- a. L'initiation à l'escrime pose le problème des gestes barrière avec le lavage des mains avant et après la séance, chronophage mais essentiel.
 - b. L'UNICEF recommande un lavage ludique des mains pour les enfants et le temps idéal de lavage est de deux fois la longueur du chant « joyeux anniversaire » (UNICEF : conseils de lavage des mains pour l'enfant).
 - c. Les mains seront essuyées avec des serviettes en papier à usage unique avec une poubelle adaptée et fermée à proximité.
 - d. Les distanciations sont difficiles à faire respecter par l'enfant mais essentielles aussi, d'autant que la période de confinement aura été un apprentissage des gestes barrière pour lui et sa famille.
 - e. Dans l'état actuel de pandémie, les tenues ne doivent pas être utilisées et les armes et masques en plastiques parfaitement désinfectés avec un temps de séchage de 15 à 20 minutes pendant la période de travail des fondamentaux ou de jeux (cf fiche de la DTN).
 - f. Enfin, les gels hydro alcooliques peuvent être utilisés chez l'enfant à partir de l'âge de 2 ans mais le lavage des mains est plus indiqué en raison des risques de projection oculaire, d'irritation cutanée ou d'ingestion accidentelle des gels. En tout état de cause, le gel ne devra jamais être mis à disposition de l'enfant sans surveillance stricte.
- 7) La poignée de main de fin de combat :
- Nous nous habituerons à d'autres signes de respect et d'amitié.....
- 8) La mise en piste pour un assaut « branché » :
- Là aussi, c'est la discipline et l'organisation de chaque club qui trouvera la solution afin que le branchement ne soit pas le vecteur du coronavirus. En compétition, une personne attribuée est envisageable avec gants et lingettes désinfectantes. En salle, une personne spécifique peut aussi être « désignée ». Les lingettes désinfectantes sont une solution simple et facile mais coûteuse et peu écologique. Le gel hydro alcoolique, de par sa manipulation (30 secondes pour les deux mains) ne paraît pas être une bonne solution. Le développement de l'escrime sans fil apporte une réponse mais n'est pas encore d'actualité.

Ces préconisations sont valables aujourd'hui mais ne préjugent pas de ce qu'elles seront demain. De nouvelles directives peuvent les rendre caduques. Il est vraisemblable cependant que nos habitudes et nos pratiques restent pour longtemps bouleversées

Document écrit et transmis le 12 mai 2020



- 1) The New England Journal of Medicine: Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1
- 2) En pièces jointes
- 3) Solidarites-sante.gouv.fr
- 4) COVID-19, condamnés à changer. Cerveau et psycho (121-Mai 2020)