

Conseils de voyage du New Hampshire concernant le COVID-19 Le 11 janvier 2021

La pandémie liée au nouveau coronavirus 2019 (COVID-19) se poursuit dans le monde entier et aux États-Unis. De nombreux pays, y compris les États-Unis (voir les [tendances individuelles par État](#)), continuent d'avoir une incidence élevée de COVID-19, et de nouvelles souches apparaissent qui semblent plus infectieuses et se propagent plus facilement. La plupart des destinations de voyage international continuent d'avoir un [Avis de santé aux voyageurs](#) indiquant un risque élevé de COVID-19 et la recommandation d'éviter de voyager s'il ne s'agit pas de voyages essentiels. Par conséquent, un voyage international ou domestique augmente la possibilité d'infection des personnes et de propager le COVID-19 ; rester à la maison est la meilleure façon de vous protéger vous-même et les autres de tomber malades.

Les Centres pour le Contrôle et la Prévention des Maladies (CDC, selon l'acronyme anglais) ont des orientations pour les personnes [voyageant à l'intérieur des États-Unis](#). Étant donné que les déplacements augmentent les possibilités de contagion de COVID-19 par contact étroit avec d'autres personnes ou avec des surfaces publiques contaminées, toute personne voyageant devrait continuer à éviter les transports publics, éviter de se rassembler avec des gens qui ne sont pas des membres immédiats du ménage, garder une distance d'au moins 6 pieds des autres, porter un masque facial quand elle se trouve dans des espaces publics, et se désinfecter les mains fréquemment.

Le New Hampshire vous recommande de suivre ces conseils de voyage et de quarantaine pour les résidents et les visiteurs du NH afin d'empêcher l'introduction et la propagation de COVID-19 dans nos communautés à partir de zones à l'extérieur du NH qui peuvent connaître une plus grande propagation communautaire de COVID-19. Il existe des conseils différents à l'intention des employeurs et des employés relatives aux déplacements et à la quarantaine décrites dans les [lignes directrices universelles du NH](#) et les [Conseils sur les voyages, le dépistage et les exclusions pour les employés de la Division des Services de la Santé Publique \(DPHS\) du NH](#). D'autres organisations et personnes pour lesquelles les conseils d'affaires ne s'appliquent peut-être pas (p. ex., les écoles publiques) devraient suivre ces conseils, ou adapter ces conseils à leur situation et à leurs besoins spécifiques en élaborant des politiques de voyage et de quarantaine afin de permettre les déplacements essentiels tout en protégeant les individus, les familles et les collectivités contre l'introduction et la propagation de COVID-19.

Conseils pour la quarantaine en cas de voyage

Les voyageurs/visiteurs et les résidents du NH doivent garder une [auto-quarantaine](#) pendant 10 jours après la dernière date de tout voyage à haut risque, ce qui comprend les voyages à l'étranger (y compris à destination ou en provenance du Canada) ; sur un navire de croisière ; ou au pays à l'extérieur des États de la Nouvelle-Angleterre du Maine, du Vermont, du Massachusetts, du Connecticut ou du Rhode Island à des fins non essentielles.

Les personnes qui répondent aux critères de voyage à risque élevé ont la possibilité de mettre fin à leur quarantaine après le 7^e jour, en se faisant tester le 6-7^e jour de la quarantaine, afin de détecter l'infection active par le SARS-CoV-2 (le SARS-CoV-2 est le nouveau coronavirus qui cause le COVID-19) ; ce test doit être un test moléculaire (p. ex., test PCR) ; les tests d'antigène ne sont pas acceptés à cette fin. Si le test est fait le 6-7^e jour de la quarantaine, la personne est asymptomatique, et le test est négatif, alors la personne peut mettre fin à sa quarantaine après 7 jours, mais elle doit encore [se surveiller](#) pour détecter les symptômes de COVID-19, et se conformer strictement aux mesures d'atténuation du COVID-19 (distanciation sociale, éviter les rassemblements sociaux, porter un masque facial lorsqu'elle est en présence d'autres personnes, se laver fréquemment les mains, etc.). Tout nouveau [symptôme de COVID-19](#) devrait inciter la personne à s'isoler et à chercher à être testée (même si la personne a récemment été testée pour sortir de la quarantaine). Cette option à se faire tester pour la sortie de la quarantaine le 7^e jour concerne UNIQUEMENT la quarantaine liée au voyage (pas la quarantaine due à l'exposition à un contact étroit à haut risque avec une personne qui a du COVID-19).

Il est permis aux voyageurs/visiteurs à NH de se mettre en quarantaine dans leur état d'origine pendant les 10 jours immédiatement avant l'arrivée à condition de ne pas avoir voyagé dans les transports publics pour se rendre à NH. Alternativement, les voyageurs /visiteurs à NH ont la possibilité de se mettre en quarantaine dans leur état d'origine pendant 7 jours, se faire un test moléculaire (par exemple, test PCR) pour tester l'infection active par le SARS-CoV-2 immédiatement avant l'arrivée à NH, et si négatif le voyageur n'est pas tenu de se mettre en quarantaine à son arrivée à NH à condition de ne pas avoir voyagé dans les transports publics pour se rendre à NH, et n'ont eu aucune autre exposition potentielle au COVID-19. Les tests d'antigène ne sont pas acceptés à cette fin. La quarantaine signifie que la personne ne peut pas quitter son domicile, même pas pour son travail, son école ou d'autres fonctions essentielles, et que la personne qui se rend à NH ne peut pas mettre fin à la quarantaine avant de recevoir le résultat de son test ni avant de se rendre à NH (c.-à-d. du moment où le test a été négatif jusqu'à son arrivée à NH, il ne doit pas y avoir d'autres expositions publiques potentielles).

Exceptions à la quarantaine de voyage

Les personnes décrites ci-après N'ont PAS besoin de garder une quarantaine après un voyage à haut risque :

1. les personnes ayant eu la deuxième dose de leur vaccin contre le COVID-19 il y a 14 jours (c'est-à-dire, 14 jours après la vaccination complète) ;
2. les personnes étant dans une période de 90 jours d'une infection antérieure par le SARS-CoV-2 qui a été diagnostiquée par un test PCR ou un test d'antigène (si une personne a eu une infection antérieure il y a plus de 90 jours, elle doit toujours respecter une quarantaine de voyage).

Ces personnes doivent néanmoins se surveiller quotidiennement pour détecter les symptômes de COVID-19, respecter la distanciation sociale, éviter les réunions sociales et d'autres rassemblements, toujours porter un masque facial lorsqu'elles sont en présence d'autres personnes et pratiquer une bonne hygiène des mains à tout moment.

Les entreprises, les organisations, les écoles, etc. peuvent faire des exceptions supplémentaires à la quarantaine de voyage pour les personnes qui voyagent à des fins « essentielles » et qui ne répondent pas à l'un des deux critères ci-dessus. Les voyages essentiels comprennent le travail, l'école, la sécurité personnelle, les soins médicaux, les soins aux autres, la garde partagée des parents, les médicaments et la nourriture ou les boissons (voyages courts pour retirer des plats à emporter et pour faire les courses). Les voyages essentiels comprennent également les déplacements des élèves et de leurs parents ou tuteurs qui visitent des établissements d'enseignement supérieur ou des écoles préparatoires en tant qu'élèves potentiels, y compris permettre aux élèves de rester dans les écoles pour des nuitées. Les employés non essentiels qui se rendent dans des zones à risque élevé pour des raisons personnelles ou de loisirs ne peuvent pas compter sur cette exemption de « voyage essentiel » (voir les conseils sur les voyages, le dépistage et les exclusions pour les employeurs de la DPHS du NH pour obtenir plus d'information sur la désignation et les orientations concernant les « employés essentiels »).

Les organisations devraient élaborer leurs propres politiques sur les voyages et les exclusions en suivant les orientations de santé publique (ces conseils et les [Conseils sur les voyages, le dépistage et les exclusions pour les employés de la DPHS du NH](#)) et les [lignes directrices universelles du NH](#). Les exceptions aux exigences de quarantaine pour les « voyages essentiels » et les « employés essentiels », toutefois, ne devraient pas être une pratique courante et tous les efforts devraient être faits pour permettre aux individus de travailler, d'apprendre ou d'exercer d'autres fonctions importantes à distance pendant leur période de quarantaine. Les personnes autorisées à travailler ou à fréquenter l'école malgré les déplacements à risque élevé doivent toutefois se mettre en quarantaine dans tous les cas autres que le travail ou l'école (à moins qu'elles aient été entièrement vaccinées contre le COVID-19 ou infectées auparavant dans les 90 jours précédents) et ne doivent pas s'occuper des fonctions sociales ni assister à des rassemblements pendant leur période de quarantaine.

Résumé de la quarantaine en cas de voyage

Symptômes/État du test	Voyagé à l'étranger, par bateau de croisière, ou au pays à l'extérieur de la Nouvelle-Angleterre	Voyage en Nouvelle-Angleterre ou pas de voyage
Symptôme nouveau ou inexpliqué de COVID-19	<p>Isolez-vous et faites-vous tester immédiatement.</p> <p>Si le test est négatif, la personne peut retourner à des activités normales une fois qu'elle est au moins 24 heures sans fièvre (hors médicaments anti-fièvre) et que les autres symptômes s'améliorent, ET si au moins l'un des critères suivants s'applique :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La personne a été entièrement vaccinée contre le COVID-19 (au moins 14 jours se sont écoulés depuis qu'elle a reçu la deuxième dose d'un vaccin contre le COVID-19), ou la personne a été testée positive au COVID-19 actif dans les 90 jours précédents 2. La personne complète une auto-quarantaine de 10 jours à partir du dernier jour de voyage 3. Le voyage était un « voyage essentiel » 4. La personne met fin à la quarantaine après le 7e jour avec un test SARS-CoV-2 négatif le 6-7e jour de la quarantaine (elle doit se faire faire un test moléculaire pour détecter l'infection active, par exemple, un test PCR) (Remarque : si une personne a été testée avant le 6-7e jour de quarantaine en raison de symptômes et que le résultat est négatif, un deuxième test au 7e jour est toujours nécessaire pour mettre fin à la quarantaine après le 7e jour). 	<p>Isolez-vous et faites-vous tester immédiatement.</p> <p>Si négatif, la personne peut revenir à des activités normales après au moins 24 heures sans fièvre (hors médicaments anti-fièvre) et d'autres symptômes s'améliorent.</p>
Aucun symptôme (asymptomatique)	<p>Respecter une auto-quarantaine pendant 10 jours à partir du dernier jour de voyage (sauf si : le voyage a été jugé « voyage essentiel », la personne est entièrement vaccinée et au moins 14 jours se sont écoulés depuis qu'elle a reçu la deuxième dose d'un vaccin contre le COVID-19, ou la personne a déjà été testée positive au COVID-19 actif dans les 90 jours précédents)</p> <p>La personne a la possibilité de mettre fin à la quarantaine après le 7e jour avec un test SARS-CoV-2 négatif le 6-7e jour de la quarantaine (elle doit se faire faire un test moléculaire pour détecter l'infection active, par exemple, un test PCR).</p>	Aucune restriction
Test positif pour COVID-19	S'auto-isoler	S'auto-isoler

Voyage essentiel : les déplacements essentiels comprennent le travail, l'école, la sécurité personnelle, les soins médicaux, les soins aux autres, la garde partagée des parents, les médicaments et la nourriture ou les boissons (voyages courts pour retirer des plats à emporter et pour faire les courses). Les déplacements essentiels comprennent également les déplacements des élèves et de leurs parents ou tuteurs qui visitent des établissements d'enseignement supérieur ou des écoles préparatoires en tant qu'élèves potentiels, y compris permettre aux élèves de rester dans les écoles pour des nuitées. Les employés non essentiels qui se rendent dans des zones à risque élevé pour des raisons personnelles ou de loisirs ne peuvent pas compter sur cette exemption.

Quelle est la différence entre l'isolement et la quarantaine ?

L'isolement s'applique aux personnes malades ou infectées par le nouveau coronavirus causant le COVID-19 ; et la quarantaine s'applique aux personnes qui ont été potentiellement exposées et qui risquent d'être infectées. Ils signifient tous deux qu'une personne doit rester à la maison loin des autres, mais le temps requis pour chacun diffère. Voir le résumé des différences [en ligne](#).