

Samedi 15 octobre 2011

## Hygiène : Se laver les mains, un réflexe qui sauve



Bien se laver les mains au savon s'apprend à l'école, tout comme à la maison (Photo Hery Rakotondrazaka)

**Tous les 15 octobre**, le monde entier célèbre la Journée mondiale du lavage des mains. Elle s'adresse surtout aux enfants, car ce sont les premiers à souffrir des maladies des mains sales, pouvant entraîner la mort. Mais les adultes sont aussi concernés par cette journée.

Se laver les mains est un geste qui semble ordinaire et banal, mais qui n'est pas toujours pratiqué. Si les adultes ne manquent pas de le rappeler aux enfants avant chaque repas, eux-mêmes ne le font pas toujours.

Le lavage des mains doit s'enraciner dans le comportement habituel et quotidien des gens, adultes et enfants. Pour que cela devienne un réflexe chez ces derniers, ils ne doivent pas le percevoir comme une corvée. Or, plus cet acte leur est présenté comme une contrainte, moins il a la chance d'être considéré comme un réflexe.

La meilleure manière d'apprendre aux enfants à se laver les mains, c'est encore de leur servir de modèle vivant. Il ne suffit donc pas de leur crier « va te laver les mains » avant chaque repas ou après chaque selle. Il faut leur montrer que les adultes aussi se lavent les mains. Ce qui n'est pas toujours le cas.

Une étude menée en Grande-Bretagne par la London School of Hygiene and Tropical Medicine a montré que les adultes ont tendance à mentir sur leur pratique de ce geste simple mais qui devrait pourtant être un automatisme. Une tendance qui ne doit pas être

éloignée de la situation dans de nombreux de pays aussi bien développés que sous-développés.

## Transmission

En se basant sur les résultats de cette étude, les agences de presse internationale rapportent que les mains de 82% des personnes concernées par les travaux étaient porteuses de bactéries. 96% des téléphones de ces mêmes personnes sont aussi infestés de microbes. Parmi ces microbes détectés se trouve l'E.Coli, la bactérie dont une souche a tué 48 personnes en Allemagne en juin.

95% de l'échantillon a pourtant affirmé se laver les mains systématiquement toutes les fois que c'est possible, surtout en sortant des toilettes. Mais la présence de bactéries que l'on trouve dans les intestins et dans les matières fécales démontre le contraire.

« J'espère qu'à la pensée de porter la bactérie E.Coli sur leurs mains et sur leurs téléphones, les gens seront plus scrupuleux aux toilettes. Bien se laver les mains avec du savon est une chose simple mais qui peut sauver la vie », a souligné l'un des chercheurs ayant effectué l'étude.

Outre le fait d'apprendre aux enfants les pratiques d'hygiène de base, se laver les mains permet aux adultes d'éviter des maladies et de transmettre eux-mêmes des microbes à leurs enfants. Un adulte qui ne se lave pas les mains avant de toucher un aliment transmet ses microbes à tous ceux qui vont manger ce qu'il aura préparé.

## Initiation ludique

Et pourquoi ne laisserions-nous pas les enfants de temps à autres s'amuser avec l'eau du robinet ? A deux ans, quand il aime jouer avec l'eau qui coule, sans savoir encore se laver les mains, n'est-ce pas là le moment de lui apprendre, tout en jouant et en s'amusant ? Pendant trente à soixante secondes, il est possible de lui montrer comment utiliser le savon et frotter le dos de la main ou entre les doigts.

Puis, quand il faut finir, au bout de trente secondes, lui donner une serviette propre ou une serviette jetable pour lui permettre de s'essuyer. Si nous ne voulons pas qu'il prenne froid en s'amusant avec l'eau, il suffit de ne pas le laisser trop longtemps sous l'eau froide, et ne pas le laisser mouiller ses vêtements.

Expliquer à l'enfant l'importance du lavage des mains est aussi primordial. Lorsqu'il comprend pourquoi l'hygiène est nécessaire, il en fera une habitude. Et pourquoi ne pas éviter de lui dire que l'eau froide rend malade ?

Si l'eau est présentée comme étant un vecteur de maladie, l'enfant pourrait en avoir peur. Les moments d'hygiène, du bain au brossage des dents, en passant par le lavage des mains, doivent lui apparaître comme des moments ludiques et doivent être associés à des moments de plaisir.

Michella Raharisoa, samedi 15 octobre 2011