

Module de formation 3.0

# L'HYGIÈNE DOMESTIQUE

# Principes des formations à l'hygiène

Au lieu de :

Commencer dans un bureau / Utiliser seulement ce que je sais ... Donner des cours sur les microbes, la saleté et la maladie... / Communiquer de la manière qui m'arrange...

La promotion de l'hygiène :

- commence au sein de la communauté,
- s'enquiert des problèmes existants,
- s'enquiert des raisons pour lesquelles les gens veulent une bonne hygiène,
- bâtit sur la façon dont les gens communiquent.

Les deux changements de pratiques les plus importantes que les programmes de promotion de l'hygiène doivent cibler sont:

**ELIMINATION EFFICACE DES SELLES**

**et**

**SE LAVER LES MAINS AU SAVON APRES UN CONTACT AVEC LES SELLES**

# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 1

Les gens sont des récipients vides dans lesquels on peut tout simplement verser de nouvelles idées (l'éducation en matière d'hygiène commence rarement avec ce que les gens savent déjà).

Chaque société a déjà des explications logiques pour les maladies qui peuvent inclure ou non les microbes (les nouvelles idées vont ou peuvent créer la confusion et l'incompréhension).

# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 2

L'éducation en matière d'hygiène suppose souvent que les gens vont croire automatiquement ce que dit le personnel de santé et qu'ils sont respectés : **« les gens m'écouteront parce que j'ai reçu une formation médicale ».**

En fait, pour eux, il n'y a aucune raison pour qu'on ajoute foi à l'intrus qui arrive avec ses idées étrangères plus qu'aux explications locales de la maladie, maintes fois essayées et éprouvées.

# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 3

Croyance :

« les gens apprennent la théorie des microbes en quelques séances au centre de santé ».

**En fait, remplacer des idées anciennes au sujet d'une maladie avec des neuves est un processus long et lent.**



# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 4

Les principales améliorations de la santé publique exigent des interventions, comme les programmes de vaccination ou de prévention du SIDA, qui couvrent une large couche de la population.

**Croyance : l'éducation sanitaire peut atteindre un grand nombre de personnes.**

**Mais est-il possible pratiquement de donner des cours d'éducation sanitaire sur la théorie microbienne d'une maladie à toutes les personnes qui s'occupent des enfants dans une région ? NON**

# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 5

**Croyance : les nouvelles idées remplacent les anciennes.**

La plupart des gens ont en même temps dans leurs têtes plusieurs explications concernant l'origine des maladies.

Souvent, l'éducation en matière d'hygiène ne fait qu'ajouter une idée de plus au sujet de la maladie sans pour autant effacer les anciennes.

# SIX MYTHES DE L'EDUCATION EN MATIERE D'HYGIENE

## Mythe No. 6

**Savoir veut dire pratiquer.**

Même si nous arrivons à convaincre beaucoup de gens que les microbes se propagent du fait d'une mauvaise hygiène et sont la cause de maladie.

Cela veut-il dire qu'ils changeraient leurs pratiques du jour au lendemain ?

Il se peut que les nouvelles pratiques soient trop difficiles, ou coûtent trop cher, ou prennent trop de temps, ou que d'autres personnes y soient opposées.

La crainte de la maladie n'est pas une préoccupation constante et souvent n'est pas un facteur important de changement de comportement.



## Attention également aux confusions.

Par exemple :

- lors du « prélèvement » d'eau dans une rivière à Andalimena, l'animateur a associé **turbidité** (l'eau est mavo-mavo) et **contamination**.

Pour eux, une eau transparente n'est pas contaminée.

Faire l'expérience avec les animateurs concernant l'eau non salée/ puis salée pour démontrer qu'une eau transparente peut déceler des éléments invisibles ayant un effet important comme les microbes.

Pour travailler sur les changements de comportement en hygiène, il est nécessaire que le « public cible » soit demandeur.

Mieux vaut diffuser quelques messages choisis pour leur efficacité, clairs et précis.

**Les messages clefs peuvent se résumer à :**

**\* Consommation d'eau potable (Borne Fontaine / puits)**

**\* Lavage du seau**

**\* Ne pas tremper la main dans le seau**

**\* Lavage des mains après les selles (adultes ou nettoyage des enfants)**

**\* Utilisation des latrines.**

# **LE LAVAGE DES MAINS**

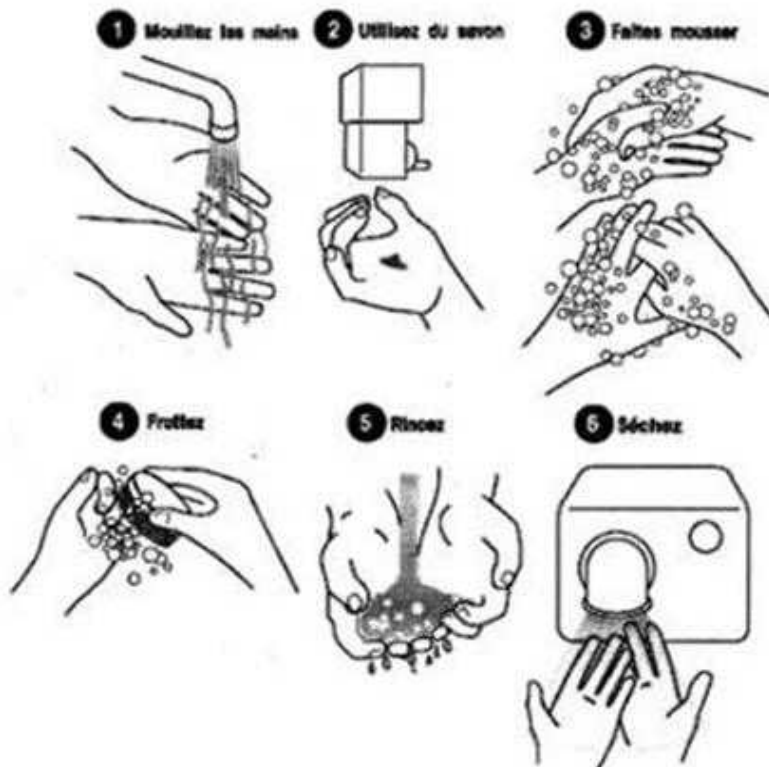






Le lavage des mains joue un rôle clé dans l'hygiène, puisque c'est par les mains que se propage la majeure partie des maladies infectieuses. En situation de pandémie, le lavage régulier des mains constitue un geste essentiel de protection. Il vaut mieux éviter de serrer les mains.

# Je pense aux copains ... ... je me lave les mains !!!



Le **lavage des mains** est un élément important de l'hygiène dans la vie courante. En effet, les mains servent notamment à préparer les repas et à manger, ainsi qu'à s'occuper des autres, notamment des enfants. Si les mains sont porteuses de saletés ou de microbes, elles peuvent transmettre des maladies (tels que la grippe, les gastro-entérites aiguës ou le choléra) ou des intoxications (produit naturel ou chimique avec lequel les mains auraient été en contact).

## Quand faut-il se laver les mains ?

Se laver les mains est recommandé au minimum :

- avant de préparer et de manger ;
- avant de s'occuper d'un nouveau-né ou d'un bébé
- avant de nettoyer une plaie, d'effectuer des soins ;
- **après être allé aux toilettes** ;
- après avoir pratiqué des activités salissantes ou manipulé des animaux ou des produits non-alimentaires (bricolage, nettoyage...), *a fortiori* si l'on s'est souillé les mains.
- s'être touché les cheveux;
- s'être mouché;
- avant et après avoir effectué une toilette d'une personne âgée ou handicapée;

Notons que chez une personne en bonne santé, l'urine est stérile ; la nécessité de se laver les mains après avoir uriné est dû à la présence de bactéries sur la peau des organes sexuels concernés, sur les poignées de portes, etc.

# L'IDEAL (dans les hôpitaux) :

## Quand se laver les mains ?

Il faut se laver les mains à l'eau et au savon ou, à défaut, se les désinfecter avec une solution hydro-alcoolique le plus souvent possible et notamment à certains moments essentiels :

- Avant de préparer les repas et après avoir cuisiné ;
- Avant de manger ;
- Avant de nourrir les enfants ;
- Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué ou craché ;
- Chaque fois qu'on rentre au domicile ;
- Après avoir utilisé les transports collectifs ;
- Après avoir rendu visite à une personne malade ou avoir eu un contact proche avec le matériel qu'elle utilise ou ses effets personnels ;
- Avant de mettre ou d'enlever ses verres de contact.

## Dans tous les cas, on se lavera les mains :

- Après avoir retiré un masque ;
- Après être allé aux toilettes ;
- Après avoir changé une couche ou aidé un enfant à aller aux toilettes ;
- Après avoir touché un animal ou ramassé ses excréments ;
- Après avoir manipulé des ordures ;
- A chaque fois que les mains sont sales.

## Comment bien se laver les mains ?

La méthode pour bien se laver les mains est très importante car le savon seul ne suffit pas à éliminer les germes.

**C'est la combinaison du savonnage, du frottage, du rinçage et du séchage qui permet de se débarrasser des germes.**

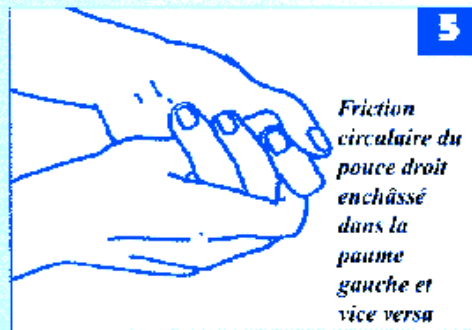
- Se mouiller les mains sous l'eau chaude courante.
- Se savonner les mains, si possible avec du savon liquide.
- Se frotter les mains pour produire de la mousse. Ne pas oublier de frotter le dos de la main, entre les doigts, sous les ongles puis les poignets. On peut proposer aux enfants de chanter une chanson (par exemple Joyeux Anniversaire) pour bien se nettoyer le temps nécessaire.
- Bien se rincer les mains sous l'eau courante.
- Se sécher les mains avec une serviette propre à usage unique.
- Fermer le robinet avec une serviette ou un papier.

## Comment optimiser l'efficacité du lavage des mains ?

**Pour se laver les mains encore plus efficacement, voici quelques règles essentielles :**

- Utiliser du savon, de préférence liquide ou du savon sans rinçage (ces solutions hydro-alcooliques sont vendues en pharmacie et en grandes surfaces). Les savons en pain ne sont pas aussi hygiéniques car ils restent humides et conservent les virus.
- Avoir des ongles propres et courts : pour éviter que les virus se cachent sous les ongles, les brosser régulièrement avec une brosse nettoyée et rincée.
- Avoir une peau saine : parce que des mains ou une peau abîmées peuvent se révéler de véritables nids à virus. Il faut utiliser une lotion hydratante

## Six étapes bien orchestrées pour l'application des solutions moussantes ou des solutions hydro-alcooliques sur les mains



## Attention

### ENDROITS OUBLIÉS LORS DU LAVAGE DES MAINS



- Endroits souvent oubliés
- Endroits moins fréquemment oubliés
- Endroits pas oubliés



## Hygiène de base : le lavage des mains



Système de lavage des mains en provenance de Madagascar (projet santé), utilisation modifiée de bouteilles plastiques :

**Bouteilles plastique renversée et percée en haut pour le remplissage, le bouchon à vis sert de robinet: Attention à ne pas trop le dévisser, un quart de tour suffit! (photo: protection de la bouteille avec vannerie, et utilisation de cendre comme substitut du savon).**

**Ces bouteilles plastiques sont également utilisées en Ethiopie sous une autre forme: bouteille plastique percé d'un petit trou à sa base (1 à 2 mm de diam), suspendu tête en haut (par goulot) et fermé par le haut avec son bouchon à vis: quand le bouchon (à vis) est fermé l'eau ne coule pas (effet "seringue") si l'on dévisse un peu le bouchon de l'air rentre (par le haut donc) et un petit filet d'eau sort par le bas (petit trou). Cela marche donc comme un mini robinet et à l'avantage de garder complètement l'eau à l'abri).**

**Inconvénient principal de ce système: les bouteilles plastiques sont assez fragiles et de durée de vie relativement réduites.**

Système de lavage des mains en provenance de République Dominicaine et en test en Sierra Leone

**Selon le même principe du bouchon robinet et pour un investissement légèrement supérieur il est préférable d'utiliser un bidon PCV qui à une durée de vie supérieur aux bouteilles et une capacité de stockage permettant de limiter la fréquence des remplissages.**

**<= Bidon renversé avec bouchon en bas (plus solide que la bouteille et réserve d'eau plus conséquente, mais investissement ) Choisir un bidon de 2/3 litre (d'huile ou type Gallon)**



Système de lavage des mains utilisé au Malawi avec une tasse percée :

**Un bidon d'eau de 2 litres environ est accroché sur un petit "portique". Une tasse percée avec un long manche est accrochée à côté : pour se laver les mains, on remplit la tasse percée d'eau, on la raccroche à côté (l'eau ne doit pas retomber dans le bidon d'eau mais bien à côté !) et on se lave les mains sous le filet d'eau qui coule de la tasse percée.**





## Conservation de l'eau



« Vache à eau » en tissu étanche continue des campeurs

Bien que très simple, le lavage des mains est un geste qui n'est pas toujours correctement fait.

Pris par le manque de temps et le tourbillon des activités quotidiennes, nous prenons de moins en moins de temps pour nous laver correctement les mains, or entre un lavage de mains vite et mal fait et ne rien faire, il n'y a pas une grande différence.

Si dans la majorité des cas un lavage des mains mal fait est sans conséquence, il est indispensable de bien se laver les mains pour éviter la contamination en cas de grippe, d'épidémie ou de pandémie comme dans le cas de la grippe A H1 N1. Le lavage des mains est un geste qui se fait en 3 temps tout aussi importants les uns que les autres :

1. Temps 1 du lavage des mains : **se mouiller les mains sous l'eau chaude de préférence**
2. Temps 2 du lavage des mains : **se savonner les mains en les frottant bien et sans oublier aucune partie (dos de la main, entre les doigts, les ongles) . Se laver les mains avec du savon liquide est préférable lorsque c'est possible**
3. Temps 3 du lavage des mains : **se sécher les mains, le séchage est souvent oublié, mais il est important à condition de se sécher les mains avec une serviette jetable ou propre, sinon il est préférable de les sécher en les secouant à l'air.**

Et pour finir, il ne faut pas annuler le lavage des mains en se recontaminant lorsqu'on est dans un endroit public. Donc après un bon lavage des mains, il est nécessaire de garder à l'esprit quelques bons gestes (comme fermer le robinet d'eau avec un mouchoir en papier, ouvrir et fermer la porte des toilettes ou des lavabos avec un mouchoir jetable).

Chaque fois que c'est possible, pensez à vous brosser les ongles, sinon il suffit de faire mousser le savon dans la paume de sa main et d'y gratter les ongles puis de bien les rincer.

Le **15 octobre** 2008, la première **Journée mondiale du lavage des mains** a été célébrée dans de très nombreux pays. Son objectif principal est de sensibiliser un maximum de personnes sur les conséquences d'une mauvaise hygiène des mains.

L'Unicef, très impliquée dans l'organisation de cet événement, indique que la cible principale de cette journée est constituée par les **enfants**, et ce notamment dans les **écoles**: Par un lavage de mains régulier au savon, le taux de morbidité infantile lié aux maladies diarrhéiques peut être réduit de moitié.

Ce sont les pays en voie de développement qui sont concernés au premier chef par cette campagne : il faut se laver les mains après avoir été aux toilettes ou avant de manger.

**Le lavage des mains au savon est le moyen le plus efficace et le moins coûteux de prévenir les maladies diarrhéiques et les pneumonies.**

# **Le lavage des mains joue un rôle central dans la lutte pour la survie des enfants**

**La Journée mondiale du lavage des mains est célébrée aux quatre coins du globe (60 pays répartis sur cinq continents), afin de mobiliser des millions de personnes à travers le monde et de les encourager à se laver les mains au savon.**

Se laver les mains au savon représente l'un des moyens les plus efficaces et les moins coûteux de prévenir les maladies diarrhéiques et la pneumonie, qui, ensemble, tuent environ 3,5 millions d'enfants chaque année.

L'Assemblée générale des Nations Unies a déclaré 2008 Année internationale de l'assainissement. La Journée mondiale du lavage des mains renforce cet appel en faveur d'une amélioration de l'hygiène et de l'assainissement.

Si elles se lavent les mains au savon, les familles et les communautés peuvent réduire de près de 50 pour cent le taux de morbidité infantile lié aux maladies diarrhéiques.

Pour arriver à une telle réduction, et pour que surviennent des changements à grande échelle et durables, qui prennent en compte les besoins des communautés, il est essentiel de créer des partenariats avec les administrations locales et nationales, les organisations internationales, les organisations non gouvernementales (ONG), les chefs religieux et les dirigeants locaux, les écoles et le secteur privé.

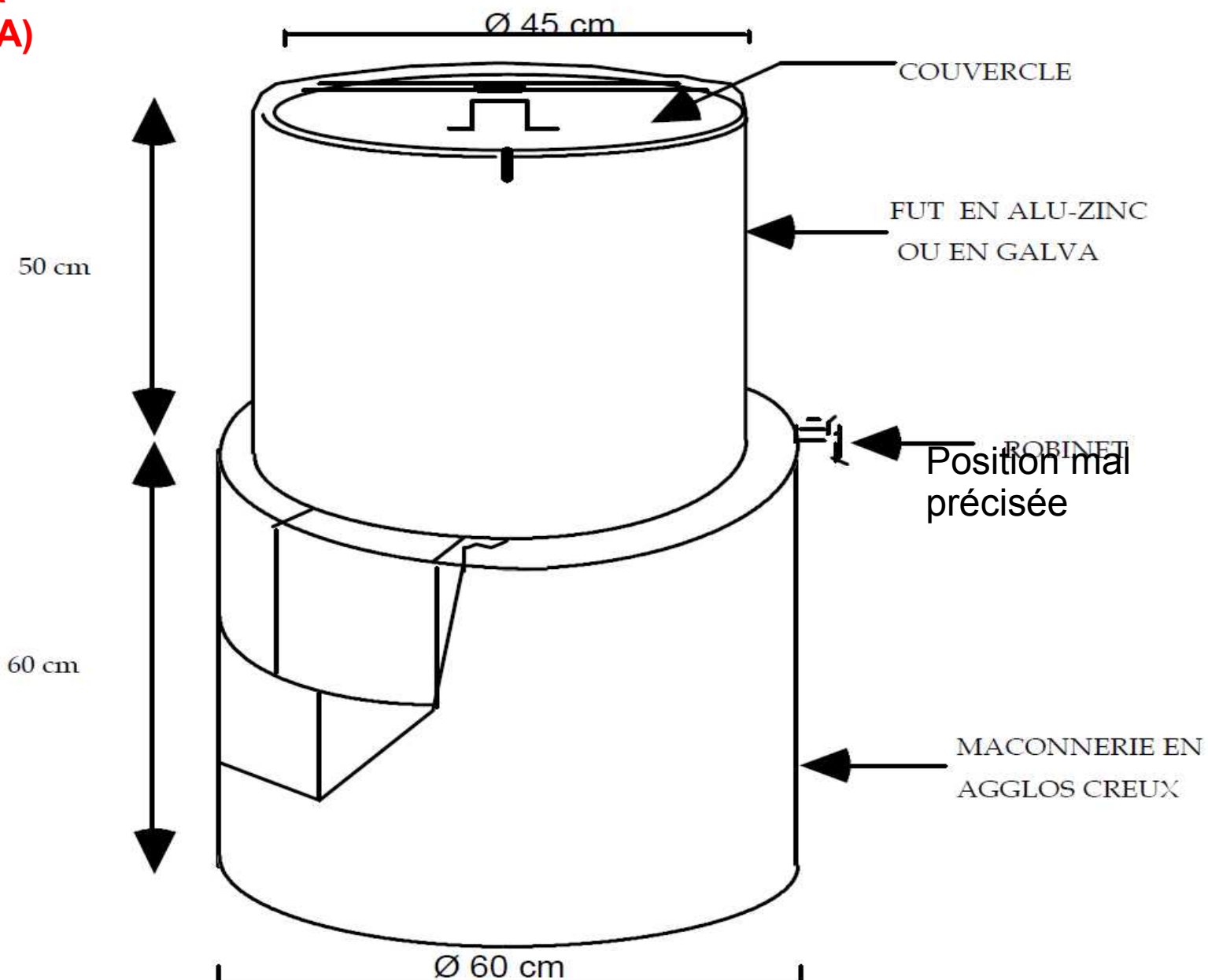
La première Journée mondiale du lavage des mains se focalise sur les enfants et les écoles. Une fois qu'ils ont appris à pratiquer une meilleure hygiène à l'école, les enfants peuvent devenir des agents du changement en transmettant ces messages à leur famille et à leur communauté. De l'Afghanistan au Pérou, les enfants, les enseignants et les parents se joindront à des célébrités, des représentants du gouvernement et des membres de la société civile ou du secteur privé pour sensibiliser le monde à l'importance de se laver les mains au savon.

Parmi les autres activités ayant trait au lavage des mains au savon dans le monde, citons une chanson sur le lavage des mains chantée par les Wiggles et destinée à un public d'enfants, des messages d'intérêt public lus par des célébrités et des manifestations simultanées impliquant des enfants du monde entier.

**La Journée mondiale du lavage des mains est une initiative du Partenariat public/privé pour le lavage des mains, dont l'UNICEF est une figure de proue avec USAID, les US Centers for Disease Control and Prevention, la Banque mondiale, le Programme pour l'eau et l'assainissement, Unilever et Procter & Gamble.**

**Lave main du Centre  
régional pour l'eau potable  
et l'assainissement à  
moindre coût (CREPA)**

Tôle galva ou alu-zinc  
Capacité : 80 l

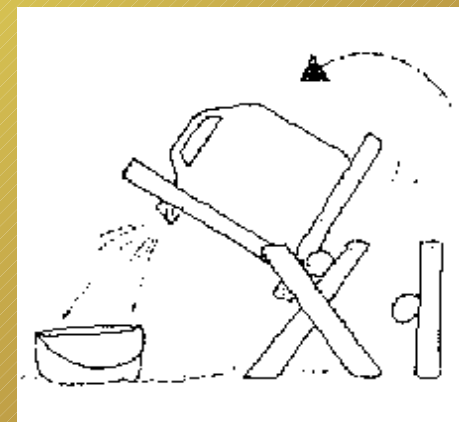
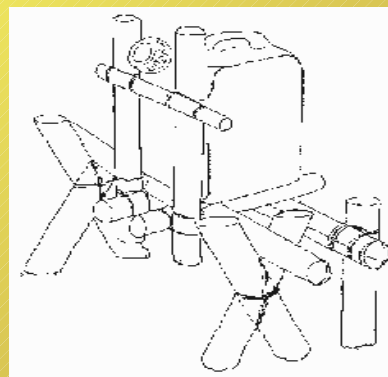
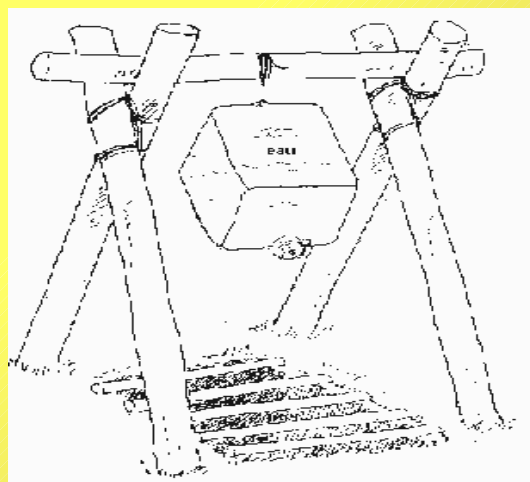




A la maison



Système de lave main



A l'école

## Autres modèles :



Centre Régional pour l'Eau Potable et l'Assainissement à faible coût (CREPA\*)

Le Centre Régional pour l'Eau Potable et l'Assainissement à faible coût (CREPA) est une Institution Inter-Etats regroupant 17 pays de l'Afrique de l'Ouest et du Centre. Son siège est basé à Ouagadougou, au Burkina Faso.



## A Parakou (Bénin)



Réservoirs avec robinet pouvant être installés dans les écoles, devant les cantines scolaires, à l'entrée des restaurants etc.

Parakou,  
à l'entrée d'un grand maquis  
(août 2010)



Bidon de récupération  
d'eau de javel