



Recommandations pour le lavage des mains en garderie

Partie 1. Quand se laver les mains

Le lavage des mains est le meilleur moyen de contrer la propagation d'infections. Quarante pour cent des infections communes sont propagées par les mains. Il a été démontré que le fait de se laver les mains cinq fois par jour réduit considérablement la fréquence des rhumes, gripes et autres infections.

Les intervenants en garderie devraient se laver les mains :

- Avant de préparer de la nourriture
- Avant de manger
- Après être allé aux toilettes ou avoir aidé un enfant à le faire
- Avant et après le changement d'une couche
- Après s'être mouché ou avoir essuyé le nez d'un enfant

Les enfants devraient se laver les mains :

- Avant de manger et avant d'aider à la préparation de nourriture
- Après être allé aux toilettes
- Après s'être mouché

Partie 2. Comment se laver les mains

Les cinq étapes du lavage des mains sont :

1. Mouiller les mains.
2. Appliquer du savon.
3. Frotter les mains l'une contre l'autre au moins 20 secondes.* S'assurer de laver le bout des doigts, les ongles et entre les doigts.
4. Rincer au moins dix secondes.
5. Sécher ou essuyer les mains, de préférence avec une serviette jetable.

* La durée de cette étape peut être mesurée : enseignez aux enfants la chanson *Au clair de la lune* (avec des paroles adaptées au lavage des mains), ou une autre chanson qui dure 20 secondes, à chanter en se savonnant les mains.

Au clair de la lune

Au clair de la lune
Je lave mes mains
De l'eau, du savon
Frotte et frotte encore
J'enlève les microbes
De tous mes dix doigts
Au clair de la lune
Mes mains sont bien propres

Partie 3. Les savons antibactériens

Les bactéries sont partout; elles représentent 60 % de la vie sur terre. La vie ne peut exister sans les bactéries. La plupart d'entre elles sont de bonnes bactéries; quelques-unes sont « mauvaises » et causent des maladies. De bonnes bactéries vivent sur la peau, dans la bouche, dans les intestins; elles nous protègent contre d'autres microbes, qui causent des maladies, et elles contribuent au fonctionnement de notre corps.

Les antibiotiques tuent en même temps les bonnes et les mauvaises bactéries. Voilà pourquoi il est important de ne pas utiliser d'antibiotiques à moins d'en avoir vraiment besoin. Les savons antibactériens ne sont pas conseillés, car ils tuent aussi les bonnes bactéries. Si l'on tue les bonnes bactéries, on perd la protection qu'elles nous procurent contre des infections.

- Utilisez du savon ordinaire, sans agent antibactérien
- Un savon ordinaire éliminera la saleté et la graisse qui attirent les mauvaises bactéries.
- Un savon ordinaire ne tuera pas les bonnes bactéries qui vivent sur vos mains.
- L'utilisation de produits antibactériens lorsqu'ils ne sont pas nécessaires augmente la concentration d'antibiotiques dans les réserves d'eau ainsi que dans l'environnement.

Partie 4. L'usage de désinfectants à base d'alcool pour les mains

- Les désinfectants à base d'alcool ne remplacent pas le lavage des mains et ils ne devraient être utilisés que si l'on n'a pas accès à de l'eau et du savon.
- Les désinfectants à base d'alcool ne sont pas efficaces en présence de saleté et de graisse.
- Si l'on a utilisé un désinfectant pour les mains, se laver les mains à l'eau et au savon dès que l'endroit le permet.
- Les désinfectants à base d'alcool n'entraînent pas de résistance aux antibiotiques.

À propos de ces recommandations

Les recommandations sur le lavage des mains ont été développées par le projet communautaire « Des pilules contre *tous* les microbes? », à l'intention des garderies, grâce au financement du Fonds Health Innovation, d'Alberta Health and Wellness.

Ces recommandations ont été examinées par le Bureau provincial de la santé d'Alberta Health and Wellness.

La dissémination de ces recommandations a reçu l'approbation d'Alberta Children's Services.

Des questions? info@dobugsneeddrugs.org

Juin 2003