

LE LAVAGE DES MAINS EST LE PREMIER FACTEUR PERMETTANT D'INTERROMPRE LA DISSÉMINATION DES MICRO-ORGANISMES PATHOGÈNES

Il reste le moyen de prévention le plus efficace et le moins coûteux. De nombreuses études ont montré l'efficacité de la promotion du lavage des mains dans la réduction du nombre de cas de gastro-entérites ou de maladies respiratoires, que ce soit dans le milieu familial, périscolaire ou scolaire.

➤ Quand faut-il se laver les mains ?

Selon les recommandations de l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (Inpes), le lavage des mains doit être effectué **plusieurs fois dans la journée**.

Au minimum :

- Avant de préparer, servir ou prendre les repas,
- Après être allé aux toilettes,
- Après chaque sortie à l'extérieur,
- Après avoir été en contact avec des animaux,
- Après avoir pris les transports en commun,
- Après avoir toussé ou éternué dans sa main (préférer le pli du coude).

➤ Comment ?

Un lavage des mains simple et efficace se fait avec de l'eau et du savon doux (liquide de préférence), neutre qui respecte le pH de la peau. L'Inpes préconise la méthode suivante (cf schéma).

- Mouiller les mains avec de l'eau
- Verser du savon dans le creux de la main
- Frotter les mains 15 à 20 secondes pour nettoyer les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets
- Entrelacer les mains pour nettoyer la zone entre les doigts
- Frotter les ongles
- Rincer ensuite sous l'eau claire
- Sécher les mains si possible avec un essuie-mains à usage unique
- Fermer le robinet avec l'essuie-mains qui sera ensuite jeté dans une poubelle.

HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE



Mouillez-vous les mains avec de l'eau



Versez du savon dans le creux de votre main



Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets



Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone entre les doigts



Nettoyez également les ongles



Rincez-vous les mains sous l'eau



Séchez-vous les mains si possible avec un **essuie-main** à usage unique



Fermez le robinet avec l'**essuie-main** puis jetez-le dans une poubelle

➤ Pourquoi se laver les mains ?

Le savon a une action détergente notamment grâce aux tensio-actifs qu'il contient. Il va ainsi permettre l'émulsion entre l'eau, le savon et la pellicule grasse à la surface de la peau qui emprisonne la saleté et les microbes. Les saletés sont ainsi décollées de la peau et dissoutes grâce au savon puis éliminées lors du rinçage à l'eau claire. Hors contexte hospitalier, **un nettoyage correct au savon rend donc superflue une désinfection des mains avec une solution hydro-alcoolique**. De plus le gel hydro-alcoolique **n'est pas actif sur les mains sales**.

Les élèves peuvent-ils se présenter à l'école ou l'établissement scolaire avec du gel hydro-alcoolique ?

Le gel hydro-alcoolique est fortement déconseillé pour les jeunes enfants (élèves du 1er degré). Il convient de le rappeler aux responsables légaux de l'enfant.

➤ **Equipement indispensable :**

Les sanitaires doivent être équipés en savon et séchoirs ou essuie-mains papiers jetables en quantité suffisante avec une poubelle fermée à proximité.
Les visuels avec les **gestes barrières** sont affichés dans le maximum de lieu de passage ou d'utilisation des sanitaires.

Il appartient aux directeurs de signaler sans délai aux maires ou présidents d'EPCI la situation des écoles dans lesquelles l'entretien des locaux ainsi que l'approvisionnement en savon et moyens de séchage appropriés ne seraient pas assurés dans des conditions satisfaisantes au regard des prescriptions sanitaires rappelées ci-dessus.

➤ **Pour en savoir plus :**

L'Inpes met à disposition **une série d'outils pédagogiques gratuits « e-Bug » validés par le Ministère :**

[https://www.e-bug.eu/fr_home.aspx?cc=fr&ss=1&t=Bienvenue sur le site e-Bug](https://www.e-bug.eu/fr_home.aspx?cc=fr&ss=1&t=Bienvenue%20sur%20le%20site%20e-Bug)

à destination des enseignants. Ces outils ont été élaborés à l'échelle européenne. Ils sont déclinés pour le cycle 3 (CM1 et CM2) et pour les collèges (classes de 6ème et 3ème) et traitent, entre autres, de l'hygiène des mains et de l'hygiène respiratoire.

Chaque élève doit pouvoir bénéficier de séances d'éducation à la santé concernant les différentes sortes de microbes, leur transmission, les moyens de prévention efficaces.

L'ensemble des règles et consignes est accessible sur le site du ministère.

<https://www.education.gouv.fr/coronavirus-covid-19-informations-et-recommandations-pour-les-etablissements-scolaires-et-les-274253#affiche>

COVID-19

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude**



**Utiliser un mouchoir
à usage unique et le jeter**



**SI VOUS ÊTES MALADE
Porter un masque
chirurgical jetable**



**Vous avez des questions
sur le coronavirus ?**

[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

0 800 130 000

(appel gratuit)