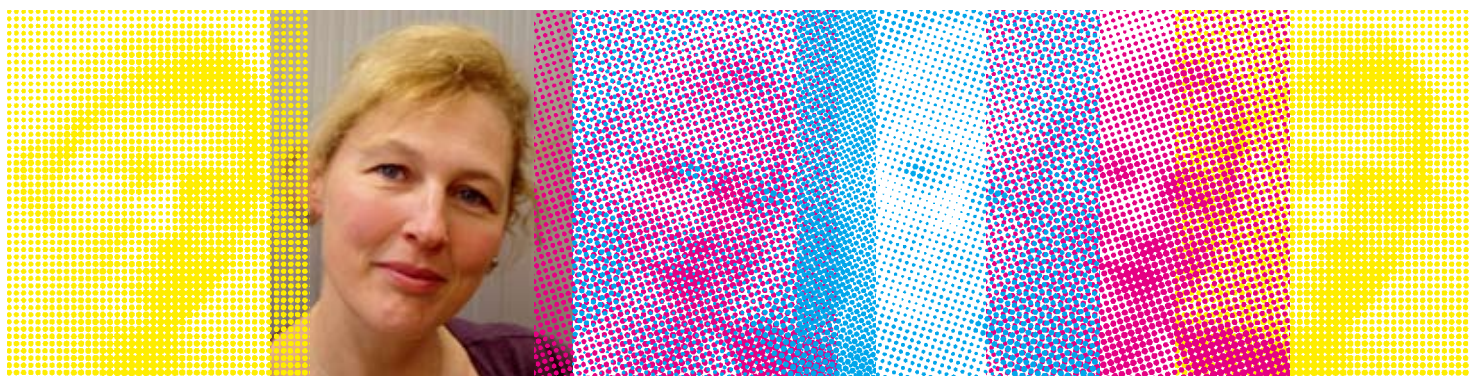


# En mains propres

Par Sophie Dejardin. Photo DR.



Béatrice Piron, référente en éducation à la santé.

**Découverte, expérimentation : les mains sont un magnifique outil, mais c'est aussi le vecteur favori des microbes, virus et autres bactéries. Une seule parade : le nettoyage !**

## Pourquoi se laver les mains ?

Posé sur un tapis de jeu, l'enfant manipule toutes sortes d'objets. Il se déplace à quatre pattes et ses mains sont continuellement en contact avec le sol. Plus grand, il joue dans le sable, il commence à manger des aliments solides, il a envie de les toucher ou de les porter à la bouche... Les mains contribuent de façon importante à la transmission des infections. En 2008, le Docteur Helena Chovanova de la VUB a réalisé, dans le cadre de sa maîtrise en soins de santé chez les jeunes enfants, l'observation de 193 frabéliens répartis dans 22 écoles belges. Les résultats révèlent qu'à peine 8% de ces enfants se lavent les mains à l'eau et au savon à l'école après être allés aux toilettes ! Elle rappelle également que l'usage du savon réduit de 30% le danger de contracter une maladie infectieuse.

## Mais comment lui laver les mains ?

Mouillez les mains à l'eau, mettez du savon, faites mousser en frottant les paumes l'une contre l'autre, en frottant entre les doigts et en frictionnant le pouce, le dos de la main jusqu'au poignet. Ceci pendant environ 15 secondes. N'oubliez pas les ongles. Rincez et séchez avec une serviette propre. C'est la base, tout le monde le sait. Sauf que souvent, les enfants ont tendance à ne se laver que la paume des mains. C'est évidemment insuffisant !

## En fait, le mieux c'est de le lui montrer ?

Au début, en effet, c'est à l'adulte de veiller au nettoyage des mains de l'enfant et à faire ce qu'il faut pour que cela devienne systématique. Ce comportement d'hygiène de base fait partie des apprentissages que l'enfant fait souvent dans son milieu familial plus ou moins tôt en fonction des familles. Cela peut être un moment très gai pour l'enfant, car il apprécie souvent le contact avec l'eau et le savon. Dès qu'il marche, il peut se laver les mains à l'évier avec l'aide d'un adulte. Il est important de lui expliquer comment se laver les mains et à quel moment de la journée plus particulièrement le faire. Et bien sûr, lui montrer l'exemple !

## Quand se laver les mains ?

Avant de manger, de manipuler des aliments, avant d'aller dormir ou encore de réaliser un travail demandant du soin, après avoir joué et avoir été aux toilettes, s'être mouché ou avoir manipulé des objets et du matériel sale ou souillé, après avoir caressé un animal. ★

## Quelques conseils

- ★ Il est préférable d'utiliser un savon liquide plutôt qu'un pain de savon.
- ★ Inutile d'acheter un produit désinfectant : le savon et la friction suffisent !
- ★ Dans les lieux publics, préférer des serviettes en papier ou la soufflerie pour sécher les mains.
- ★ S'essuyer les mains avec une lingette humide n'équivaut pas à un lavage des mains à l'eau et au savon.

air de familles  
Une coproduction  
ONE / rtbf

### Retrouvez-nous

★ à la télé : tous les jours à la RTBF sur la **Une** et la **Deux**, tous les jours à 17h 12 sur **Télé Bruxelles**  
★ sur **VivaCité** une fois par mois en direct, dans l'émission "Appelez, on est là" de **Serge Van Haelewyn**, prochain rendez-vous le 23 avril à 11h.

★ sur **www.one.be** : toutes les infos pratiques, les spécialistes et les horaires complets des émissions.