



14 avril 2020

Initialement réservé au milieu hospitalier, l'usage d'une solution hydroalcoolique est aujourd'hui recommandé pour se désinfecter les mains en absence de point d'eau et ainsi se protéger du coronavirus.

Qu'est-ce qu'une solution hydroalcoolique ?

Une solution hydroalcoolique est un **mélange d'eau et d'alcool** qui permet la destruction des bactéries, virus et champignons. Plusieurs formes sont possibles : gel, mousse, spray ou lingettes. **La norme EN14476 garantie une action virucide.**

Une solution hydroalcoolique **ne nettoie pas les mains**. Elle doit être utilisée en complément d'un lavage des mains à l'eau et au savon.

Un lavage des mains efficace en trois étapes :

- Lavez-vous les mains à l'eau et au savon**, liquide de préférence, pendant 30 secondes pour éliminer les souillures.
- Rincez-vous** les mains à l'eau
- Séchez-vous les mains avec une serviette propre et sèche** ou, de préférence, avec un **papier absorbant à usage unique**. N'utilisez pas un sèche-mains à air car il recontamine les mains.
- Si vous utilisez ensuite une **solution hydroalcoolique** : déposez une noix de gel au creux de votre main et frottez pendant 20 à 30 secondes, jusqu'à ce que le gel soit sec. N'oubliez pas certaines zones : le dos de la main, les espaces entre les doigts, le dessus des doigts, mais aussi les ongles !

Le lavage des mains avec de l'eau et au savon reste le premier réflexe à avoir pour se nettoyer correctement les mains. Pensez à mettre à disposition des agents un bidon d'eau claire, du savon liquide et de l'essuie-main jetable lorsqu'il n'y a pas de point d'eau et lors des activités salissantes.

Si vous avez les mains sales, l'usage d'une solution hydroalcoolique ne permettra pas de les nettoyer et entraînera une mauvaise désinfection.

Quand utiliser une solution hydroalcoolique ?

Certaines situations doivent inciter à employer une solution hydroalcoolique :

- partout où il n’y a pas de point d’eau pour se laver les mains à l’eau et au savon ;**
- après le contact avec une personne malade** ou avec son environnement;
- après avoir fréquenté un endroit collectif** (transports en commun, supermarché...);
- avant et après manger ;**
- après avoir touché une surface ou un objet potentiellement contaminé.**

Précautions particulières:

- ✓ **L’œil ne doit pas être en contact avec une solution hydroalcoolique.** Les porteurs de lentilles éviteront d’y recourir avant de mettre leurs lentilles. En cas de contact avec les yeux, rincez immédiatement et abondamment à l’eau claire.
- ✓ **Pour les enfants, favorisez un lavage systématique des mains à l’eau et au savon,** dans la mesure du possible.
- ✓ Mieux vaut limiter l’usage d’une solution hydroalcoolique si votre **peau est irritée, abîmée** ou comporte une **plaie**.
- ✓ La validité d’une solution hydroalcoolique est estimée à **3 mois après ouverture du flacon**. Dans tous les cas, se référer à l’étiquette apposée sur votre flacon.
- ✓ Si vous avez les **mains mouillées**, la solution hydroalcoolique est alors diluée et son effet est diminué.
- ✓ Le produit est **inflammable** : ne pas fumer à proximité, le tenir loin d'une source de chaleur, ne pas le laisser en plein soleil, ...

Des effets secondaires ?

L’alcool (éthanol) contenu dans la solution hydroalcoolique peut entraîner un dessèchement et une irritation de la peau. Par ailleurs, les études sur l’exposition à l’éthanol contenu dans les produits hydroalcooliques sont rassurantes : elles montrent qu’il n’y a pas de risque cancérigène avéré suite à l’utilisation de ces produits et que le passage de l’éthanol dans le sang est quasi nul.