

Covid-19 : pourquoi il est impératif de se laver les mains

De nombreuses expériences prouvent combien le lavage des mains est efficace pour élever une barrière contre le Covid-19 et les maladies infectieuses. Illustration.

Par Cheikh Sokhna pour TheConversation.com*

Publié le 20/03/2020 à 16:12 | [Le Point.fr](http://LePoint.fr)



Les maladies infectieuses sont l'une des premières causes de mortalité et de morbidité dans le monde selon l'Organisation mondiale de la santé. Cependant, leur impact dépend grandement de la situation géographique et du niveau de développement des pays concernés, notamment des conditions d'hygiène. L'application de ces règles d'hygiène tient une grande place dans la stratégie appliquée par l'OMS. Ces mesures portent essentiellement sur l'hygiène des mains, l'hygiène alimentaire, l'hygiène des locaux et l'hygiène individuelle. Selon l'OMS, le lavage des mains au savon avant de manger et après être allé aux toilettes pourrait réduire de près de 25 % le nombre de décès dus aux infections respiratoires aiguës.

Lire aussi Contre la mortalité infantile, l'Afrique en progrès

L'étude de Karachi

Une étude appelée « Étude de Karachi sur la santé et le savon » menée en 2002 à Karachi (Pakistan) a démontré l'efficacité du lavage régulier des mains. L'objectif de l'étude était d'évaluer l'effet du lavage des mains avec du savon dans un contexte où les maladies infectieuses sont les principales causes des maladies et des décès infantiles.

Au total, 25 quartiers de la ville ont reçu du savon antibactérien (contenant 1,2 % de triclocarban) ou du savon ordinaire. Les agents de terrain ont encouragé les familles à se laver les mains avant de préparer la nourriture, avant de manger, avant de nourrir les bébés et après avoir été aux toilettes. Ils ont également encouragé les familles à prendre un bain quotidien et à utiliser du savon. Onze quartiers ont servi de témoins ou de contrôle. Dans ces quartiers, pas de promotion de l'hygiène et pas de distribution de savon.

Après 51 semaines de suivi, dans les quartiers qui ont utilisé le savon antibactérien, on a observé une diminution de 47 % de l'incidence des diarrhées et une diminution de 45 % de l'incidence des pneumonies par rapport au groupe contrôle. Dans les quartiers qui ont utilisé le savon ordinaire, on a observé une diminution de 52 % de l'incidence des diarrhées et une diminution de 50 % de l'incidence des pneumonies par rapport au groupe contrôle.

Lire aussi Awa Marie Coll-Seck : « Les maladies qui affectent l'Afrique touchent aussi les autres continents »

Études de cas au Sénégal

Au Sénégal, nous avons réalisé 2013 une étude visant à améliorer la prise en charge des malades et à fournir au ministère de la Santé, à tous les acteurs de la santé et à la communauté scientifique des données nouvelles sur les causes, le diagnostic et le traitement des maladies infectieuses transmissibles. C'est ainsi que mon équipe à l'Institut de recherche pour le développement a mis en place, dans le cadre du « projet savon » dans les villages de Dielmo et Ndiop, un laboratoire de proximité appelé « Point of Care », basé sur l'utilisation de la réaction de polymérisation en chaîne (PCR) en temps réel. Ce dispositif technique permet le diagnostic rapide et la surveillance de pathologies infectieuses pour lesquelles les analyses de laboratoire intervenaient généralement trop tard pour guider la thérapeutique.

En 2015, nous avons mis en œuvre le projet dit « savon » avec le lavage quotidien des mains et du corps de manière hebdomadaire dans ces deux villages. Des savons ont été distribués toutes les semaines. Les paramètres mesurés en termes de santé publique sont l'existence d'infection cutanée, de pneumopathie, de diarrhée et de fièvre.

Sur plus de 600 personnes qui ont participé à l'étude, la prévalence de Streptococcus pneumoniae, Staphylococcus aureus, et Streptococcus pyogenes dans la paume des mains a chuté de manière significative, entre 20 et 22 %. Ces bactéries sont connues pour être responsables notamment d'intoxications alimentaires, d'infections aiguës des voies respiratoires et d'affections cutanées. D'autres résultats sur les taux d'incidence sur la toux, l'écoulement nasal et la fièvre sont en cours de publication.

Lire aussi Santé – D^r Yao Sodahlon : « Il n'y a pas que le sida ou Ebola ! »

L'hygiène est essentielle pour combattre le Covid-19

Le Covid-19 se transmet par la salive, les gouttelettes dues à la toux ou aux éternuements, par contact rapproché avec des malades comme des poignées de main ou des embrassades et par contact avec des surfaces contaminées. Une étude semble indiquer que le Covid-19 serait viable plusieurs heures sur différentes surfaces, jusqu'à 24 heures sur du carton et jusqu'à 2-3 jours sur du plastique et l'acier inoxydable.

On ne sait toutefois pas s'il reste infectant durant tout ce temps. C'est pourquoi, pour se prémunir d'une contamination, se laver les mains régulièrement, notamment après avoir voyagé dans les transports en commun ou avant les repas, est indispensable. Alors que la pandémie mondiale continue de prendre de l'ampleur et qu'un vaccin n'a pas encore été développé, nous devons agir sans délai en utilisant le seul outil dont nous disposons déjà : le lavage régulier des mains avec du savon.

À lire aussi Maladies infectieuses : et vous, vous lavez-vous les mains correctement ?

L'environnement est un moyen de transmission potentiel et une stricte adhésion à des mesures d'hygiène de l'environnement est également primordiale – nettoyage et désinfection systématiques des surfaces des chambres, des salles de bains, des bus... Par ailleurs, si ce mode de transmission est avéré, cela ne serait tout de même pas à l'origine de l'ampleur de la pandémie.

Le lavage des mains à l'école

La diarrhée est l'un des principaux motifs d'absence des enfants à l'école. Une campagne de promotion du lavage des mains au savon, menée auprès de 30 écoles primaires en Égypte, a permis de réduire l'absentéisme lié aux diarrhées de 30 %. Des résultats similaires ont été observés en Chine et en Colombie.

Chacune de ces études a également montré que l'amélioration de l'hygiène des mains permettait de réduire considérablement l'absentéisme lié aux maladies respiratoires. Ces statistiques montrent à quel point il est important de promouvoir le lavage des mains au savon chez les enfants et dans leur entourage, de réfléchir aux différentes



solutions techniques permettant de fournir de l'eau et des installations d'assainissement et d'encourager les bonnes pratiques d'hygiène.

L'importance de l'hygiène des mains en milieu médical

Les infections associées aux soins de santé surviennent en général après un contact entre le soignant et les patients, par transmission des germes présents sur les mains. Les plus courantes sont les infections des voies urinaires et des sites d'intervention chirurgicale, les pneumonies et les septicémies. Sur 100 patients hospitalisés, au moins 7 dans les pays développés et 10 dans les pays en développement contractent une infection nosocomiale. Une bonne hygiène des mains au cours des soins réduit le risque d'infection et la propagation des infections nosocomiales.

Une étude publiée en 2013 dans la revue *The Lancet Infectious Diseases* montre que la stratégie de l'OMS pour une meilleure hygiène des mains est facile à appliquer pour les agents de santé. Les infections associées aux soins de santé sont un risque important pour la sécurité des patients partout dans le monde et la transmission en milieu médical se fait principalement par contact avec les mains des agents de santé.

Le simple geste de se laver les mains peut réduire le risque de diarrhée de presque la moitié et celui d'une infection des voies respiratoires d'un tiers. Il s'ensuit que le lavage des mains est supérieur à n'importe quel vaccin comme mode de prévention des maladies. Le lavage des mains au savon peut et doit devenir habituel dans les pays en voie de développement. Cela pourrait être le début d'une stratégie plus viable pour prévenir la survenue d'autres maladies bactériennes et virales.

* *Cheikh Sokhna est directeur de recherche à l'IRD, Institut de recherche pour le développement.*

[SANTÉ](#)

[ACTUALITÉS INTERNATIONALES](#)

[AFRIQUE](#)

[Reportages, analyses, enquêtes, débats. Accédez à l'intégralité des contenus du Point >>](#)

CONTENUS SPONSORISÉS

Taboola Feed

Intestins: Un truc simple pour les vider entièrement