

Un outil efficace contre le virus : le lavage des mains

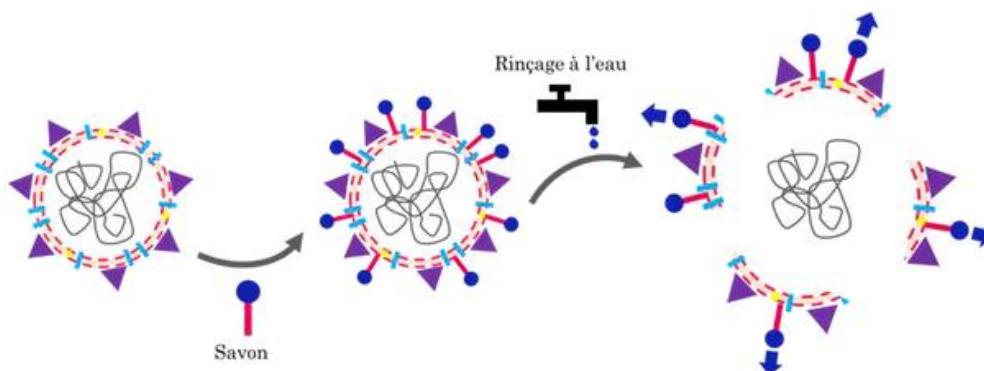
Une fois à l'intérieur de notre organisme, le COVID-19 est difficile à combattre, alors ne le laissons pas entrer !

Nous pouvons nous protéger nous, nos proches et la population en général grâce à un geste simple : **le lavage régulier des mains**. Comment un geste aussi simple peut-il être efficace contre un virus si virulent ?

Une personne contaminée peut déposer des « gouttelettes », vectrices du virus, sur une surface (plastique, métal, cartons, peau humaine). Une personne non infectée qui touche cette surface peut contracter le virus si elle porte ensuite ses mains à sa bouche, son nez ou ses yeux. Même si le virus reste vivant un certain temps sur une surface, très vite, il devient trop faible pour nous contaminer efficacement. Au bout de quelques heures, il n'est probablement plus actif.

Comment le savon détruit les virus ?

Le COVID-19 est enveloppé d'une membrane de lipides et de protéines. L'action du savon sur un virus : les tensioactifs du savon se fixe sur l'enveloppe du virus et agissent comme des pieds de biche, déchirant la membrane, qui se disperse au rinçage.



En conclusion, un lavage de mains au savon et à l'eau décompose le virus et le prive de sa capacité à pénétrer dans les cellules, le rendant inactif. Il débarrasse également la peau des fragments de virus comme il le fait pour toutes autres matières grasses (saletés). Pour avoir une action efficace lors du lavage des mains, il est recommandé de les nettoyer environ 30 secondes.

Et les gels ou solutions hydro alcoolique (GHA ou SHA) ?

L'alcool en solution dans l'eau (de 60 % à 90 % en volume) dénature certaines protéines de l'enveloppe virale, rendant le virus incapable d'entrer dans une cellule (se reporter à l'étiquette du flacon pour connaître le dosage et le temps de friction des mains pour être efficace, entre 30 à 60 secondes en moyenne).

Par contre, contrairement au savon qui « lave », **les GHA et SHA ne sont pas efficaces sur des mains sales**. L'alcool est désactivé par la présence de matières grasses présentes en trop grande quantité sur la peau (souillures visibles).



Le gel doit être utilisé sur une peau propre non souillées, sèche et sans blessure.

Attention, au bout de 3 à 4 utilisations, les mains sont saturées et il est important de se laver les mains au savon liquide et à l'eau avec un essuyage papier pour éviter les réactions, les intolérances et garantir à nouveau la désinfection avec le gel.

Ainsi, préférez le lavage des mains au savon liquide et à l'eau et réservez l'utilisation des gels ou solutions hydro alcooliques lors de vos déplacements si vous n'avez pas d'eau à portée de mains par exemple (courses, travail, etc...).

