

L'hygiène est un ensemble de principes et de pratiques ayant pour but de **préserver et d'améliorer la santé**.

L'application des règles d'hygiène a une place essentielle dans la prévention des maladies transmissibles en collectivité pour lutter contre les sources de contamination et réduire les voies de transmission.

Un rappel régulier de la bonne pratique des règles d'hygiène est nécessaire.

Les principes portent en priorité sur l'hygiène **individuelle** (de l'accueillant(e) et des enfants), l'hygiène **alimentaire¹**, l'hygiène des **équipements²** et l'hygiène des **locaux**.

Une application rigoureuse de ces mesures permet de s'opposer à la propagation des agents infectieux. Elles doivent s'appliquer au quotidien et être intensifiées en cas d'infection déclarée.

Hygiène individuelle de l'accueillant(e)

L'hygiène individuelle est indispensable quand il est question d'accueillir de jeunes enfants.

L'hygiène des mains est particulièrement essentielle car les mains sont la première source de propagation des germes infectieux et des épidémies.

Le lavage des mains doit être une préoccupation constante.

→ A quels moments se laver les mains ?

- avant l'arrivée du 1^{er} enfant dans le milieu d'accueil ;
- après chaque change ;
- après être allé aux toilettes ou avoir aidé un enfant à y aller ;
- avant de manger, de donner à manger ou de manipuler des aliments et après ces activités ;
- après chaque contact avec des liquides corporels (sang, sécrétions nasales,...) ;
- après avoir aidé un enfant à se moucher ou après s'être mouché, avoir toussé, éternué ;
- avant de changer un pansement et après l'avoir fait ;
- avant de prendre la température d'un enfant et après ;
- avant de préparer et d'administrer un médicament (crème, gouttes, autres préparations) à un enfant et après l'administration ;
- après avoir touché une surface sale ou du matériel souillé ;
- après avoir manipulé du sable ou de la terre ;
- chaque fois que nécessaire !

LE SAVIEZ-VOUS ?

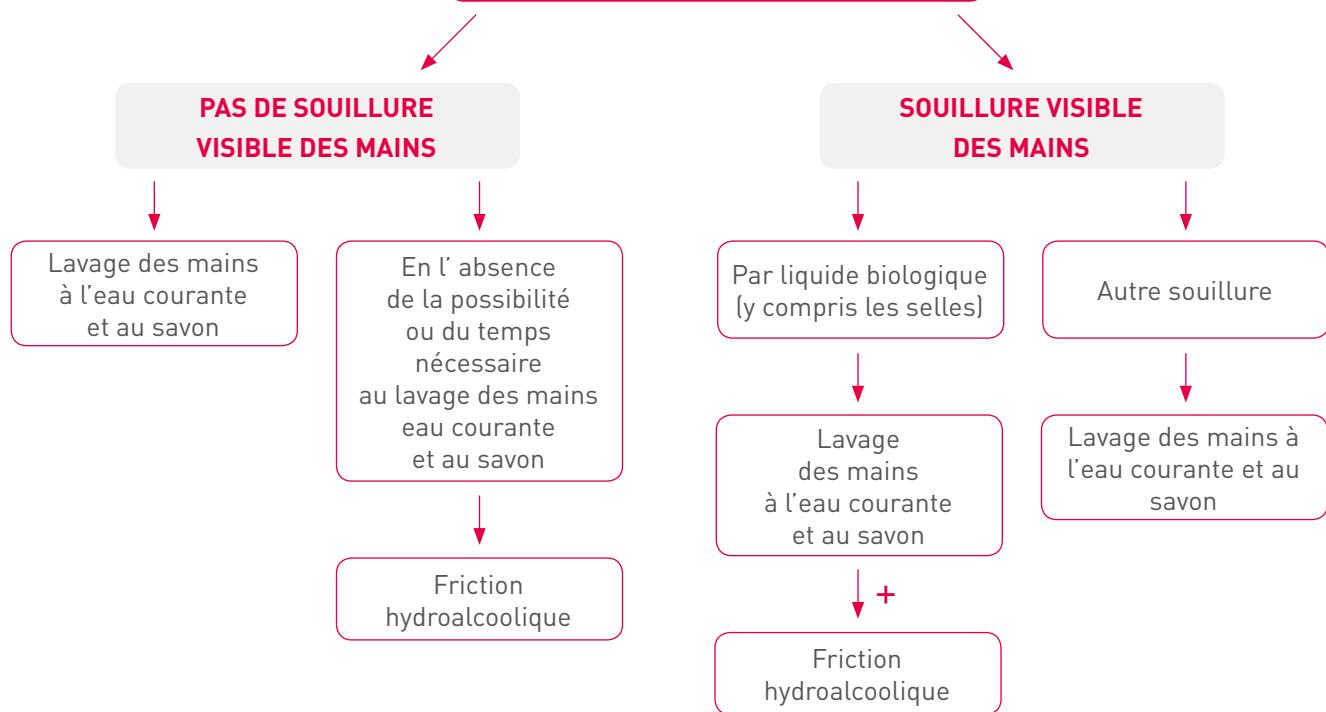
Dans certaines situations, **pour autant qu'il n'y ait pas eu de contact avec des souillures et en l'absence de point d'eau accessible**, le lavage des mains peut être remplacé par la désinfection des mains avec une solution hydroalcoolique. Ces produits sont disponibles en pharmacie et en grande surface.



BON À SAVOIR

Préférez l'usage de serviettes en papier plutôt que les tissus. Elles serviront à essuyer les mains et à fermer le robinet afin d'éviter toute nouvelle contamination.

HYGIENE DES MAINS



Comment ?



Hygiène de l'enfant

L'éducation des enfants à l'importance de l'hygiène corporelle individuelle est essentielle.

→ **1. Le lavage des mains des enfants** se fait au moyen de savon liquide en distributeur et de serviettes à usage unique.

Quand ?

- dès que nécessaire ;
- avant et après chaque repas ;
- après usage du petit pot ;
- après les jeux extérieurs ;
- en cas de souillure par des sécrétions, de la terre ou du sable ;
- ...

BON À SAVOIR

Lors de sorties avec les enfants, il est toujours utile d'avoir une bouteille d'eau dans le sac pour laver les mains des enfants avant de grignoter une collation.

Le gel hydroalcoolique ne s'emploie que sur des mains propres.

→ 2. Le soin du nez

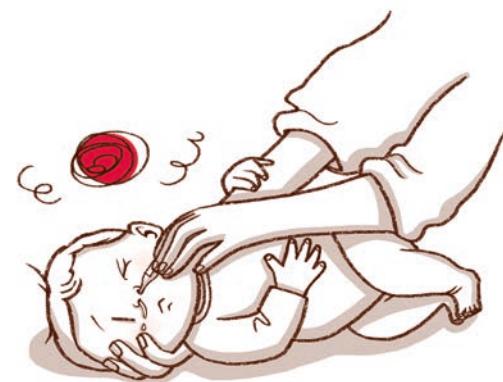
Un nez bouché ou qui coule nécessite une hygiène rigoureuse et régulière afin d'éviter le rhume, l'otite, ...

Quand ?

Dès que nécessaire et principalement avant les repas et au lever de la sieste.

Comment ?

- Pour un enfant de moins de 2 ans : coucher l'enfant sur le côté. La moitié, voire toute la flapule de 2 ml de **sérum physiologique**, est envoyée dans la narine du haut (et ressort par la narine du bas). La manœuvre est à réitérer en tournant l'enfant de l'autre côté. L'aspiration en douceur par un mouche-bébé (individuel) peut parfois compléter la manœuvre.
- Entre 2 et 3 ans : l'enfant peut apprendre à se moucher³, une narine à la fois.



→ 3. Le soin des yeux

Le soin des yeux, s'il s'avère nécessaire (présence éventuelles de croûtes), doit être pratiqué avant celui du nez, dans la mesure du possible.

Comment ?

Nettoyer les yeux avec une compresse imbibée de **sérum physiologique**, en massant doucement le coin interne de l'œil de bas en haut.

Changer de compresse pour chaque œil. Nettoyer du coin externe de l'œil vers le coin interne de l'œil (du plus propre au plus sale).



→ 4. Le change de l'enfant

L'emploi de lingettes est déconseillé en raison notamment du risque allergique et du caractère potentiellement irritant.

Comment ?

Laver le siège de l'enfant avec un gant de toilette individuel et du savon doux, liquide en distributeur, sans parfum ni colorant. Bien rincer et sécher avec un essuie éponge individuel⁴.

Le nettoyage du siège de l'enfant doit être **répété à chaque change**.

BON À SAVOIR

Pour éviter les allergies et les effets secondaires liés à certains composants (conservateurs,...), il convient de limiter l'usage de produits de soins à ceux qui sont réellement nécessaires.

Il est préférable d'utiliser une solution nettoyante (de type lait de toilette, ...) plutôt que des lingettes.

3 - Voir Brochure « Se moucher, c'est utile ! » - Plusieurs petits jeux peuvent être envisagés pour aider les enfants à se moucher par eux-mêmes.

4 - Extrait de la fiche : « Quels cosmétiques choisir ? » Outil « L'air de rien, changeons d'air ! Pollution chimique » - ONE 2011

Hygiène du matériel et des équipements⁵

Une attention particulière sera portée à l'hygiène du matériel et des équipements dans la mesure où les enfants sont amenés à s'échanger régulièrement les objets mis à leur disposition.

Les petits « hochets » mis en bouche peuvent être **individualisés** pendant le temps de l'accueil. Ils seront toutefois **lavés et remplacés régulièrement**.

Tout matériel ou équipement souillé par un liquide biologique (salive, régurgitations, selles, ...) sera automatiquement **lavé puis désinfecté**.

Comment veiller à l'hygiène des petits pots et des coussins à langer⁶ ?

| | Petits pots | Coussins à langer |
|---------------------|----------------------|---|
| Quand nettoyer ? | Après chaque usage | <ul style="list-style-type: none">• Quotidiennement• A chaque cas de souillure (nettoyer puis désinfecter) |
| Quand désinfecter ? | En cas de selle | |
| Comment ? | Ammonium quaternaire | <ul style="list-style-type: none">• Ils ne doivent pas être désinfectés systématiquement entre chaque change• Un essuie personnel à l'enfant* ou un papier protecteur est posé sur le coussin à chaque change. |

* L'accueillant(e) veillera à ce que la face de l'essuie en contact avec le siège de l'enfant soit toujours celle utilisée pour déposer l'enfant.

Hygiène du linge

Le **linge propre** et le **linge sale** doivent être séparés dans des contenants différents. Le linge sale ne peut être déposé à même le sol.

Il est recommandé de se laver correctement les mains après la manipulation du linge sale et de programmer la machine à laver sur 60°.

Les **essuies** doivent être **individuels** à chaque enfant, rangés séparément, remplacés quotidiennement et dès qu'ils sont mouillés.

Les **bavoirs** et les **gants de toilette** sont lavés après chaque usage.

La **literie** (draps, sac de couchage,...) est lavée au moins une fois par semaine et dès qu'il y a présence de souillures.

BON À SAVOIR

(Extrait de la fiche «Quels cosmétiques choisir ?» Outil «L'air de rien, changeons d'air ! Pollution chimique»-2011)

Certaines lessives peuvent être responsables d'allergie, de démangeaisons et d'irritations de la peau par contact direct avec le produit ou en portant les vêtements lavés avec ce produit. Préférez une lessive respectueuse de la santé et de l'environnement :

- savons d'origine végétale ou animale,
- agents blanchissants tels que percarbonate de sodium,
- sans colorant, parfum, ni enzyme.

Hygiène des locaux

Tous les espaces accessibles aux enfants doivent être nettoyés quotidiennement. Le traitement des sols et des surfaces est adapté aux types de sols et de surfaces et compatible avec l'activité du milieu d'accueil. Il est fait un usage rationnel des produits d'entretien et des désinfectants en respectant leurs protocoles d'utilisation⁷.

BON À SAVOIR

Dans les espaces fréquentés par les enfants, il ne peut être fait usage de tapis plain, ni de tapis à caractère ornemental, comme revêtement de sol. Les revêtements lisses et lavables à l'eau sont les mieux adaptés.



5 - Voir Brochure « La santé dans les milieux d'accueil de la petite enfance » - ONE 2015 - pp.17, 19 et Fiche « L'hygiène dans l'espace activité et moi ! » - Dossier SANTE/HYGIENE- ACTIVITES (à paraître)

6 - Brochure « La santé dans les milieux d'accueil de la petite enfance » - ONE 2015 - p.18

7 - Extrait de la Brochure « Une infrastructure au sujet d'un projet d'accueil - Spécial Accueillant(e)s » - ONE 2013 - p.54

→ 1. Quelles différences entre nettoyage et désinfection⁸ ?

| | NETTOYAGE | DESINFECTION |
|-------------------|--|--|
| Définition | Rendre net, propre, en débarrassant de tout ce qui est tenu, sali | Détruire les agents infectieux |
| Quand ? | Quotidiennement | <ul style="list-style-type: none"> <u>Quotidiennement</u> : les surfaces alimentaires, les coussins à langer, les toilettes et les poubelles. <u>En cas de souillures</u> des sols et surfaces par des liquides biologiques (sang, selles, urines, vomissements, ...) et en situation de certaines épidémies ou d'infections déclarées. |
| Comment ? | <ul style="list-style-type: none"> Dépoussiérer les sols, par exemple, avec une microfibre sèche ou un aspirateur à filtre HEPA⁹. <div style="border: 2px solid #00AEEF; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>LE SAVIEZ-VOUS ?</p> <p>L'utilisation d'un aspirateur équipé d'un filtre HEPA est préférable au balayage qui remet en suspension dans l'air une grande partie des particules et des poussières. Un tel aspirateur réduit davantage la diffusion des particules et des allergènes dans l'air.</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> Nettoyer à l'eau avec un détergent multi-usage. Utiliser la technique des « 2 seaux » : l'un pour laver, l'autre pour rincer. Sécher le support ou s'assurer qu'il est sec avant le prochain usage. Aérer durant le nettoyage. | <ul style="list-style-type: none"> Eviter la présence d'enfants. Nettoyer la surface avant de désinfecter. Appliquer le désinfectant selon les recommandations de la notice du produit. Respecter le temps de pose (nécessaire à l'action de désinfection) indiqué sur le produit utilisé. Rincer le support (sauf si mention « sans rincer »). Laisse sécher et aérer l'espace. |
| Produits | <ul style="list-style-type: none"> Produits dits naturels : savon noir, savon de Marseille, vinaigre blanc ou nettoyant à base de vinaigre Produits d'entretien multi-usage biodégradables et écolabellisés. | <ul style="list-style-type: none"> L'eau de Javel : efficace contre les bactéries, virus, champignons, spores. <u>Inconvénient</u> : elle est toxique et irritante pour le système respiratoire. Les dérivés d'ammonium quaternaire : également efficaces et nettement moins toxiques, disponibles en pharmacie ou en grande surface (ex Spectramed, Anios, ...). |

BON À SAVOIR

- Je limite le nombre de produits et j'évite de les mélanger. Un nettoie-tout peut être utilisé largement à la place d'une multitude de produits spécialisés.
- J'évite les produits de nettoyage qui contiennent aussi un désinfectant (les produits mixtes) : le mélange n'est pas plus efficace et la substance désinfectante peut être irritante.
- J'opte pour des produits dont les emballages sont réutilisables, rechargeables ou recyclables.

Exemple de dosage du savon noir : Pour les sols : 2 cuillères à soupe/5litres d'eau



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les torchons en microfibres, une fois celles-ci saturées de saletés, se rincent difficilement et doivent être lavés à 60°C avec très peu de produit de lessive.

Il ne faut jamais utiliser d'adoucissant ni de produits blanchissants chlorés sous peine de perte d'efficacité des fibres !

→ 2. Comment évacuer les déchets ?

Les déchets constituent une source de contamination et de développement de bactéries. C'est pourquoi, ils seront évacués quotidiennement et entreposés dans un espace spécifiquement dédié et de préférence, à l'extérieur.

BON À SAVOIR

- Choisir : des poubelles à parois rigides, garnies de sacs poubelle résistants/ des poubelles munies de couvercles hermétiques et d'une ouverture à pédale.
- Les placer hors de portée des enfants.
- Les désinfecter quotidiennement.



Eviter la pollution intérieure

Nos espaces de vie concentrent souvent des polluants potentiellement néfastes pour la santé des occupants. **Les enfants y sont particulièrement sensibles** car ils absorbent davantage certains polluants et leurs mécanismes de détoxication ne fonctionnent pas encore parfaitement.

→ 1. L'interdiction de fumer¹⁰

L'accueillant(e) est responsable à l'égard de la santé des enfants et du respect de la préservation de la qualité de l'air dans les espaces d'accueil.

Le lieu où l'accueillant(e) accueille les enfants est considéré comme un lieu public et ce, même s'il s'agit d'une partie d'un domicile privé. Les pièces où sont accueillis les enfants ne font plus strictement partie de la sphère familiale.

Il est donc strictement interdit de fumer dans les locaux où les enfants sont accueillis. Cette interdiction doit être appliquée au-delà de la présence de l'enfant, non seulement par l'accueillant(e) mais également par toute personne fréquentant les lieux.

Un système d'aération ou l'absence momentanée, par exemple le week-end, des enfants accueillis ne peut servir de prétexte pour y fumer.

→ 2. Je veille à agir sur les sources principales de pollution de l'air intérieur :

- Les **produits d'entretien** : je choisis des produits respectueux de la santé et de l'environnement ;
- Les **parfums d'ambiance** : interdits dans les milieux d'accueil ;
- Les **huiles essentielles** : interdites dans les milieux d'accueil ;
- Le **mobilier** : je privilégie le bois massif brut. Néanmoins, si les meubles sont composés de panneaux de particules, il est possible de bloquer les émanations de formaldéhyde¹¹, nocif pour la santé, en recouvrant d'un vernis étanche à base d'eau les surfaces où les particules de bois sont visibles.
- Les **plantes**¹² : certaines sont allergisantes (plantes à fleurs, à feuillage, décoratives) ou toxiques à l'ingestion (Philodendrons, Dieffenbachia, Ficus, Rose de Noël, Houx, Gui, Pommier d'amour, muguet, ...). Je les mets hors de portée des enfants.
- Les pesticides : anti-mouches, anti-moustiques, anti-fourmis, ... je lutte contre les nuisibles, en dehors du temps d'accueil des enfants.
- ...

→ 3. Je veille à aérer efficacement les locaux et à maintenir une **température**¹³ entre 18 et 22°C dans les pièces de vie et entre 16 et 18°C dans les chambres.

L'aération permet d'amener à l'intérieur l'oxygène nécessaire à la respiration et d'évacuer les mauvaises odeurs ainsi que la plupart des polluants intérieurs (les moisissures, les composés organiques volatils, le radon¹⁴, ...).

J'aère les locaux au minimum 2 x 15 minutes par jour, en ouvrant largement les fenêtres et/ou les portes, afin de bien faire circuler l'air.

1 à 3 minutes d'aération peuvent suffire si un bon courant d'air est créé en ouvrant à 2 endroits opposés !

BON À SAVOIR

Lors d'éventuels travaux de rénovation des espaces d'accueil, il est vivement conseillé que les enfants n'occupent pas les locaux durant la durée des travaux. Quel que soit le type de matériau ou de peinture choisi, le principe de précaution voudrait que l'on renouvelle l'air 10x plus que ce qui n'est indiqué sur le matériau ou la peinture utilisée.

Quel que soit le type de matériau ou de peinture, il est important de prendre connaissance et de respecter les précautions d'usage, ainsi que les conseils de prudence indiqués sur les emballages ou sur la fiche technique.



10 - Arrêté Royal du 13 décembre 2005 portant interdiction de fumer dans les lieux publics.

11 - Composé organique volatil - Voir Fiche « Les composés organiques volatils » - Outil « L'Air de rien, changeons d'air ! » ONE 2010

12 - Voir Brochure centre anti poison - plantes toxiques. http://www.centreantipoisons.be/sites/default/files/imce/Brochure%20CAP_Plantes_FR_web.pdf

13- Brochure « La santé dans les milieux d'accueil de la petite enfance » - ONE 2015 - p.33

14- Voir Fiche « Le radon » - Outil « L'Air de rien, changeons d'air ! » ONE 2010

CHECK-LIST HYGIÈNE

| HYGIÈNE INDIVIDUELLE | PARFOIS | OUI | NON |
|---|---------|-----|-----|
| Je me lave les mains plusieurs fois par jour, aussi souvent que nécessaire. | | | |
| HYGIÈNE des ENFANTS | | | |
| Je lave les mains des enfants principalement avant et après chaque repas. | | | |
| Je mouche le nez des enfants principalement avant les repas et au lever de la sieste. | | | |
| Je nettoie les yeux des enfants chaque fois que nécessaire. | | | |
| Lors de chaque change, je veille à nettoyer soigneusement le siège de l'enfant. | | | |
| HYGIÈNE du LINGE et du MATÉRIEL | | | |
| Je lis les étiquettes des produits d'entretien (compositions, doses). | | | |
| Je lave régulièrement les jouets au lave-vaisselle ou au lave-linge. | | | |
| Je nettoie et je désinfecte en cas de souillure par des liquides biologiques. | | | |
| HYGIÈNE des LOCAUX | | | |
| Je lis les étiquettes des produits d'entretien (compositions, doses). | | | |
| Je nettoie chaque jour les sols et les surfaces. | | | |
| Je désinfecte en cas de souillure par des liquides biologiques. | | | |
| QUALITÉ DE L'AIR | | | |
| J'utilise des produits d'entretien naturels ou multi-usages biodégradables et écolabellisés. | | | |
| Après le nettoyage, j'aère les pièces. | | | |
| Je n'utilise pas les parfums d'ambiance. | | | |
| Je privilégie les meubles en bois massifs brut. | | | |
| Mes plantes sont hors de portée des enfants. | | | |
| J'aère régulièrement, au moins 2 x 15 minutes par jour. | | | |
| J'aère systématiquement après des activités qui produisent beaucoup d'humidité (cuisson,...). | | | |
| Je maintiens la température ambiante entre 16 et 18°C (espace repos) et entre 18 et 22°C (dans les autres espaces). | | | |