

COVID : Se préserver sans menacer l'environnement

L'heure des bilans n'a pas encore sonnée mais on le sait déjà : La pandémie liée au COVID19 laissera, à n'en pas douter des traces dans nos sociétés. Parmi ces conséquences, l'usage de désinfectant risque bien -au delà de toute justification raisonnable- de perdurer dans les gestes de beaucoup de nos concitoyens... Pourtant, cet usage n'est pas sans conséquence. Précisons tout d'abord qu'il ne s'agit pas de contester l'usage des désinfectants. Ils ont leurs rôles à jouer (l'auteur de ces lignes est infirmier), tout comme les antibiotiques. Il s'agit plutôt d'amener à un *bon* usage lorsque la situation *le nécessite*.

Le bon usage tout d'abord : un désinfectant ne peut agir que sur une surface propre (les salissures neutralisent l'action des désinfectants). Inutile donc de vouloir désinfecter une surface souillée, il faut commencer par nettoyer ! Rappelons au passage que la seule action mécanique d'un nettoyage efficace permet déjà à elle seule de retirer une part importante de la charge microbienne (vivent les microfibrilles !). Et si cette charge microbienne n'est plus suffisante, les risques de transmission de maladie d'un individu à l'autre disparaissent.

Le saviez vous ?

Beaucoup d'établissements de santé, n'utilisent plus de désinfectants pour l'entretien de nombreuses surfaces. Des tests réalisés montraient qu'après 2h30, une surface était au même niveau de contamination microbienne qu'elle ait été traitée avec un simple détergent ou avec un programme détergent + désinfectant ! Des économies d'achat de produits pour les établissements, une moindre pollution de l'air et une très forte réduction de la pollution de l'eau !

D'autre part, un surdosage (tant pour un désinfectant que pour un détergent) est totalement inutile (voir même, dans le cas d'un détergent, contre productif !).

Enfin des mélanges inadaptés peuvent inactiver totalement certains produits ou même favoriser des émissions de gaz très dangereux (attention à l'usage de l'eau de Javel !). Sur l'environnement, l'impact des ces produits peut être redoutable. Déversés dans nos eaux usées, ces produits désinfectants se retrouvent dans les stations d'épuration. Dans ces installations le traitement est essentiellement un traitement biologique. C'est à dire que nous chargeons des bactéries de dégrader les pollutions présentes dans nos eaux souillées. Comme on peut

facilement l'imaginer, une trop forte concentration de désinfectants peut altérer le fonctionnement de nos stations d'épuration. Mais plus préoccupant encore : ces désinfectants, non complètement dégradés vont se retrouver à l'état de traces dans le milieu naturel récepteur. Ces très faibles niveaux de concentration vont créer dans

l'environnement une "pression de sélection" en favorisant l'émergence de microbes devenus résistants... Et non seulement ces microbes peuvent

acquérir des résistances aux désinfectants mais ils peuvent, dans des mécanismes de résistance croisée devenir résistants aux antibiotiques ! Rappelons à ce propos que l'ensemble des spécialistes s'inquiètent de la

Le saviez vous ?

Le retour en force des lingettes est un fléau environnemental. Le volume des déchets produit s'en ressent et leur rejet dans les toilettes est un véritable désastre dans les réseaux d'eaux usées et les stations d'épuration ! Un textile lavable imprégné est le plus souvent très largement suffisant !

Le saviez vous ?

4 actions permettent le nettoyage d'une surface : **L'action chimique** (le détergent), **l'action mécanique** (le fait de frotter ou, dans une machine à laver le linge, le fait du brassage), **la température** (l'eau chaude est plus efficace pour nettoyer) et **le temps** (le trempage d'une casserole le soir facilite son nettoyage le lendemain). Pour laver écolo : réduisons la quantité de détergents et la température de l'eau en favorisant le trempage et en frottant un peu plus !

perte d'efficacité des antibiotiques et nous alertent depuis de nombreuses

années sur les risques redoutables que nous ferions courir cette perte d'efficacité de ces précieux médicaments. Déjà, dans les services hospitaliers des personnes meurent aujourd'hui de bactéries devenues "hautement résistantes". Si l'usage inconsidéré d'antibiotiques a pu nous mener à cette situation dramatique, le déversement dans nos eaux usées de désinfectants a aussi participé à ces évolutions. Ainsi, à trop rejeter de désinfectants aujourd'hui, nous rendons bien plus redoutables les maladies infectieuses de demain !

Savon ou solution hydroalcoolique ?

Concernant le lavage des mains. Le virus Covid19 est muni d'une enveloppe très riche en lipides. L'action d'un simple détergent (un savon par exemple) suffira à détruire cette enveloppe et inactivera donc le virus. L'usage de solution hydro alcoolique (SHA) peut s'avérer très pratique quand il n'est pas possible de se laver les mains. Mais l'usage de ces produits peut aussi avoir divers effets peu souhaitables : Vous avez testé ces SHA, elles s'évaporent très rapidement au contact de la peau. Elles créent des vapeurs d'alcool. Or l'alcool est un solvant irritant pour des voies respiratoires. L'usage de ce produit conduit donc à une pollution de l'air à laquelle les enfants qui ont dans les premières années de la vie une grande immaturité respiratoire sont particulièrement vulnérables. Cette pollution peut donc favoriser une fragilisation des voies aériennes à des agents infectieux ou des allergènes ! Bref, on l'aura compris : l'usage de SHA doit se faire dans un endroit bien ventilé ! D'autre part, la barrière cutanée peut être fragilisée par l'usage répété de ces SHA. L'exposition du corps à des agents chimiques au contact des mains est alors facilitée. Enfin, la composition même de certaines SHA est plus que discutable : évitez donc ceux contenant des composés de types : phtalates, triclosan, phénoxyéthanol, parfum... Bref, vous l'aurez compris : mieux vaut laisser les SHA aux professionnels de santé (l'usage de ces produits est dans ce cadre justifié) et aux situations qui le nécessitent !

Désinfecter l'environnement d'un très jeunes enfants, une bonne idée ?

Pour nombre de parents, l'hyper-hygiénisation de l'environnement d'un enfant est nécessaire pour assurer sa santé (surtout dans cette période !). A y regarder de plus près : rien n'est moins sûr ! Pour assurer le développement correct de son système immunitaire, de son métabolisme et même de son système nerveux, l'enfant doit trouver des microbes dans son environnement. Il est clairement établi qu'un enfant vivant dans un environnement trop "hygiénisé" développera beaucoup facilement des allergies. Son développement passe notamment par le fait de porter les objets à la bouche (le stage oral). Un mécanisme qui conduit l'enfant à absorber des microbes et diversifier ainsi son microbiote intestinal. Or la diversité du microbiote est essentielle à la santé et son manque de diversité est aujourd'hui associé à de très nombreuses pathologies. Mais, lorsque l'enfant porte à la bouche des objets ayant été traités par des désinfectants, il risque d'avaler des traces de ces produits et donc de perturber le développement de cette biodiversité intérieure !

D'autre part, la pollution de l'air induite par ces produits désinfectants est, là aussi associée à diverses pathologies respiratoires... Bref, vous l'aurez compris, les désinfectants n'ont rien à faire dans le quotidien de l'enfant. Apprenons lui simplement dès le plus jeunes âge à se laver les mains avec du savon !

Philippe