

## Comment promouvoir le lavage de main contre la propagation du COVID-19 dans les délégations internationales

DOCUMENT INTERNE / Plan spécifique Coronavirus - Procédure n° ... – DROI-DeXT

Rédaction	le : 26.03.2020	par : Pôle EASA
Validation	le : 26.03.2020	par : Pôle EASA
Mise en révision	le :	par :

*Compte tenu du caractère évolutif de la situation liée à la pandémie Covid-19 en cours et de la nécessité d'adapter les réponses, y compris techniques, ces fiches sont susceptibles d'être modifiées ou complétées.*

### A. PREAMBULE

Cette **fiche technique** a pour objectif d'appuyer les délégations à pouvoir répondre au contexte de crise sanitaire liée au nouveau coronavirus, le COVID-19, par la **promotion du lavage de mains**. Les virus entrent dans le corps principalement par les yeux, le nez ou la gorge, et le plus souvent ce contact se fait par les mains<sup>1</sup>. Les contacts par les mains favorisent également la transmission du coronavirus d'une personne à une autre. Le lavage de main fait partie des **gestes barrières essentiels**, et **représente une action simple, économique et surtout très efficace pour ralentir la propagation du COVID-19**.

Cette fiche vise à présenter des principes et des actions simples pour promouvoir le lavage des mains. Ces actions peuvent être mises en place à tous les niveaux mais visent surtout le niveau des communautés et des ménages.

Le contenu de cette fiche est essentiellement tirée des informations issues du webinaire qui a été organisé par **Wash'Em**<sup>2</sup> le 25 mars 2020 ainsi que de son guide sur le COVID-19<sup>3</sup>, qui propose notamment des activités simples et peu coûteuses. Wash'Em est un processus conçu par ACF, le Centre for Affordable Water and Sanitation Technology (CAWST) et la London School of Hygiene and Tropical Medicine (LSHTM) pour **concevoir rapidement des programmes de changement de comportement en matière de lavage de mains en situation d'urgence**, fondés sur des données probantes et adaptés au contexte pour changer les comportements en matière de lavage des mains lors des situations d'urgence. Wash'Em est utilisé par 45 organisations, notamment dans le cadre d'épidémies (comme Ebola ou le choléra).

<sup>1</sup> UNICEF, tout savoir sur le lavage des mains pour vous protéger de la maladie à coronavirus (COVID-19), <https://www.unicef.org/fr/coronavirus/tout-savoir-sur-le-lavage-des-mains-pour-vous-protger-de-la-maladie-a-coronavirus-covid-19>

<sup>2</sup> <https://washem.info/>

<sup>3</sup> [https://washem-guides.s3.eu-west-2.amazonaws.com/washem\\_quicktip\\_coronavirus\\_fr.pdf](https://washem-guides.s3.eu-west-2.amazonaws.com/washem_quicktip_coronavirus_fr.pdf)

Dans le contexte de crise liée au COVID-19, l'OMS recommande de se laver fréquemment les mains avec une solution hydro alcoolique, ou à l'eau et au savon, pendant au moins 20 secondes selon un enchainement prédéfini (cf annexe 1).

Le lavage de mains doit se faire au minimum aux moments critiques<sup>4</sup> suivants:

- Après s'être mouché le nez, après avoir toussé ou éternué ;
- Après s'être rendu(e) dans un lieu public, notamment dans les transports en commun, les marchés et les lieux de culte ;
- Après avoir touché des surfaces en dehors de chez soi, notamment de l'argent ;
- Avant, pendant et après les soins si on s'occupe d'une personne malade ;
- Avant et après avoir mangé.

Si le lavage des mains est essentiel, son taux à ces moments critiques reste en moyenne inférieur à 20% dans le monde<sup>5</sup>.

Il faut d'abord mettre en évidence cinq principes généraux pour orienter les activités de promotion du lavage de main dans le cadre de la réponse au COVID-19.

## **B. PRINCIPES GENERAUX POUR ORIENTER LES ACTIVITES DE PROMOTION DU LAVAGE DE MAINS CONTRE LE COVID-19**

### **1. Promouvoir les mesures barrières dont le lavage de main au savon contre le COVID-19**

Il est essentiel de **promouvoir le lavage des mains**, mais cela **ne doit pas être la seule composante d'une réponse au coronavirus**. D'autres mesures d'hygiène sont également primordiales.

Il existe d'autres mesures :

- Tousser dans son coude, ou éviter de se toucher le visage ;
- Respecter la distanciation sociale permet de limiter la propagation ;
- S'assurer de la compréhension des symptômes par les populations, notamment en s'assurant qu'il y ait une ligne téléphonique de renseignements et d'assistance sur le COVID-19 (avec un opérateur comme Orange Afrique par exemple) ;
- Assurer un soutien social pour tous, mais surtout pour les personnes vulnérables, âgées isolées, en leur offrant un échange régulier, ou encore de l'aide pour leurs courses ;
- Informer et démentir les fausses idées ou informations qui circulent. Les infographies de l'OMS peuvent être utilisées pour rétablir les faits<sup>6</sup>.

### **2. S'informer auprès de sources fiables**

Il faut s'informer mais en faisant attention à ses sources. Parmi les sources fiables, on peut recenser les sites de :

- L'OMS : <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- L'UNICEF : <https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>
- Du Global Handwashing partnership: <https://globalhandwashing.org/topic/coronavirus/>
- De chaque Ministère de la Santé du pays concerné

---

<sup>4</sup> UNICEF, tout savoir sur le lavage des mains pour vous protéger de la maladie à coronavirus (COVID-19), <https://www.unicef.org/fr/coronavirus/tout-savoir-sur-le-lavage-des-mains-pour-vous-protger-de-la-maladie-a-coronavirus-covid-19>

<sup>5</sup> Wash'Em : se laver les mains au savon, la meilleure manière de se protéger du coronavirus. [https://washem-guides.s3.eu-west-2.amazonaws.com/washem\\_quicktip\\_coronavirus\\_fr.pdf](https://washem-guides.s3.eu-west-2.amazonaws.com/washem_quicktip_coronavirus_fr.pdf)

<sup>6</sup> Nouveau coronavirus (2019-nCoV) : conseils au grand public - En finir avec les idées reçues <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>

- Du CDC (Centre pour le contrôle et la prévention des maladies) :  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>
- Des grands médias internationaux : RFI, BBC, CNN...
- De médias scientifiques comme le Lancet :  
<https://www.thelancet.com/coronavirus?fbclid=IwAR0KByUZAoz5xJJT2D7p8wkGdUXDLWTOzyDNkKx9u9I9YeZkxYMzGLMHfUc>

**Une sélection d'informations fiables, parfois vulgarisées également disponible sur le site du DEXT-U de la DROI : <https://www.expertiseinternationale.net/alerte> et sur le site de l'intranet de la CRF.**

### **3. Coordonner les réponses**

- Veiller à avoir une réponse coordonnée pour faire face au Covid-19, que ce soit parmi les acteurs privés ou publics.
- Mobiliser le plus de personnes possibles : leaders communautaires, responsables d'entreprises, organisations sociales ou religieuses... Ces acteurs peuvent fournir différents types d'aide, notamment financière ou un partage de connaissances (acteurs de l'information et de la communication...) ou tout simplement de l'influence auprès des communautés pour les inviter.

#### Points d'attention :

- Penser à inciter les entreprises et les groupes à prendre soin de leurs employés et membres de leur communauté (notamment par le lavage de mains).
- Penser, en amont, à identifier les compétences clés qui pourraient être utiles à cet effort.
- Penser à anticiper la mise en place de moyens de communication pour faciliter le travail entre différents partenaires et permettre de rester en contact.

### **4. Protéger son personnel ou sa communauté**

- Veiller à ne pas mettre en danger ou ne pas faire prendre de risques à son personnel ou sa communauté.
- Eviter les rassemblements communautaires pour tout type d'activité, notamment pour les formations ou les sensibilisations.
- Mettre l'accent sur l'utilisation des médias de masses, réseaux sociaux et des communications en ligne.
- Penser à évaluer les risques localement et suivre les conseils du gouvernement avant toute visite à domicile si nécessaire.
- S'assurer que les membres de son équipe et le personnel de terrain soient en capacité de maintenir une bonne hygiène des mains, avec des infrastructures à disposition.

### **5. Assurer des messages clairs sur le lavage des mains**

- Veiller à porter un message clair sur le lavage des mains afin que les personnes se lavent les mains avec soin et surtout fréquemment.
- Si le message est trop détaillé (les différentes étapes de l'OMS), il risque de ne pas être très clair et donc risque de ne pas être mis en pratique. Le simplifier au maximum.

## C. SIX ACTIONS SIMPLES ET PRATIQUES POUR PROMOUVOIR LE LAVAGE DES MAINS

Ces **actions** ont été conçues pour être **mises en place rapidement, facilement et à moindre coût**.

### 1. Assurer les installations de lavage de mains et le savon

- Penser à installer des stations de lavage des mains et savon, car il y aura une forte demande par la population en période d'épidémie.
- Recommander et mettre en place si possible tout type de système évitant au maximum de manipuler/toucher le point d'eau avec les mains (système de pédale pour faire couler l'eau, savon accroché et fixé solidement à une ficelle ou placé dans un filet...)
- Préférer les savons liquides ou de l'eau savonneuse (solution déjà préparée), perçus comme plus hygiéniques.
- Penser à identifier une personne responsable de maintenir le bon état de fonctionnement du point de lavage de main pour le réapprovisionnement fréquent de l'eau, du savon...
- Penser à privilégier en priorité les zones urbaines, notamment dans les endroits où les gens se réunissent comme au niveau des gares et des marchés, ou encore à l'entrée des bâtiments, à l'entrée/sortie des bâtiments, à l'endroit où l'on préparer ou mange de la nourriture. Ces stations de lavage des mains doivent être bien visibles, et installées en priorité à côté des toilettes, cuisines et lieux de restauration.
- Ne pas hésiter à rappeler l'ensemble des mesures barrières aux niveaux des points d'eau.



Photos : Station de lavage des mains et savons.  
Source Wash'Em

### 2. Stimuler les comportements



- Il faut stimuler, inciter les gens, faire en sorte que le **lavage des mains devienne automatique**, qu'il soit difficile à éviter et faire en sorte qu'il y ait une **pression sociale** en faveur du lavage des mains et qu'il soit agréable de se laver les mains.

Voici quelques exemples de dispositifs permettant de favoriser l'automatisation du lavage de mains :

- Mettre des yeux au-dessus des zones de lavage de mains (simule la pression des pairs),
- Mettre des affiches dans les toilettes,
- Créer des aménagements autour du lavabo pour rendre le lavage de mains plus **agréable** et donc plus long.
- Mettre en place des lignes de couleurs guidant automatiquement les personnes de certains lieux (toilettes...) jusqu'au point de lavage des mains.

Photos : Nudges dans les toilettes et au-dessus des lavabos.  
Source Wash'Em



### 3. Changer le message régulièrement, le rendre amusant et suprenant

- Beaucoup de **messages sur le COVID et le lavage de mains** sont rappelés régulièrement. A la longue, ils **deviennent familiers et répétitifs**.
- Il faut alors **changer le message de façon très régulière (de façon hebdomadaire)**, le reformuler, le rendre plus original ;
- Penser à mettre des messages avec des images pour que les personnes illettrées puissent y accéder, penser à des couleurs vives qui attirent le regard, des messages drôles, légers qui **visent à éveiller la curiosité**.



**Comment bien se laver les mains?**

Toute la procédure doit durer au moins 20 secondes

Source: OMS

Le futur est entre vos mains. • Ne vous faites pas attraper avec les mains pleines de germes. • Noyez un microbe, sauvez une vie. • Vous voulez changer le monde ? Commencez par vous laver les mains ! • Stop ! On se lave les mains ici. • Des mains lavées sont des mains qui prennent soin. • Quels sont les dix principaux vecteurs de maladies ? Réponse : vos dix doigts. • Saviez-vous que les germes peuvent vivre jusqu'à 3 jours sur vos mains ? • Ici se trouve du savon qui peut vous sauver la vie. • Remettez les choses dans l'ordre. • Vous voyez l'évier ? Utilisez du savon. • Ne faites pas partie de ces gens sales qui évitent le savon. • La personne à côté de vous se lave-t-elle les mains au savon ? • Note : ce savon n'est pas là simplement pour décorer. • Prenez un moment pour vous détendre, lavez-vous les mains au savon. • Les autres vous regardent, vous feriez mieux de vous laver les mains. • Le bonheur, c'est d'être entouré de gens qui se lavent les mains. • Que venez-vous de toucher ? • Saviez-vous qu'il y a plus de 3200 germes sur vos mains en ce moment ? • Mains non lavées. Beurk ! • Les mains lavées méritent deux pouces vers le haut. • Le monde tourne rond grâce aux mains lavées. • Au nom du savon, je vous arrête avant que vous ne me brisiez le cœur !

Photos : exemples de phrases pour le lavage de mains.  
Source Wash'Em

### 4. Faire en sorte que le lavage des mains devienne la norme

- Penser à des méthodes innovantes de messages de promotion de lavage de main : un défi « mains propres » avec des célébrités (chanteurs, footballeurs, autorités...) qui partagent sur les réseaux sociaux des vidéos où ils se lavent les mains, permet de **normaliser ces gestes**.
- Point d'attention si l'on travaille avec des célébrités :
  - o Penser célébrités et personnes d'influences au niveau local, dans votre contexte d'intervention !
  - o Penser à ce que le lavage des mains soit fait de manière appropriée et avec les équipements adaptés au contexte local (il n'y a pas forcément un robinet d'eau courante partout).



Photos : personnalités scientifiques ou célébrités se lavant les mains.  
Source Wash'Em

### 5. Promouvoir le savon !

- Rappeler aux gens à quel point le savon est puissant et efficace, que le savon est formidable et absolument nécessaire pour un lavage de mains de qualité.
- Partager des expériences en partageant des vidéos sur les réseaux sociaux par exemple ou en faisant des tutoriels pour faire faire des expériences faciles et ludiques aux populations (adultes comme enfants).



Photos : exemples d'expériences sur l'efficacité du savon, Source Wash'Em



Exemples d'expériences de gauche à droite de 1 à 5, suivant l'ordre des photos:

- 1/ Mettre du poivre moulu sur de l'eau qui représente des microbes. Si l'on met du savon sur le doigt et que l'on le met dans l'eau, le poivre est repoussé<sup>7</sup>
- 2/ Enduire ses mains d'huile/vaseline + paillettes/curcuma. On essaie d'abord de se laver les mains avec seulement de l'eau (les paillettes/ le curcuma ne part pas) puis avec de l'eau et savon (beaucoup plus efficace !)<sup>8</sup>
- 3/ Offrir une collation à quelqu'un. Avant de le manger, on invite la personne à se laver les mains et on récupère l'eau issue du lavage des mains. Observer l'eau sale et demander si la personne aurait envie de manger avec ses mains non lavées ?
- 4/ & 5/ : Toucher différentes surfaces puis s'essuyer les mains à fond sur du pain (sac 2 : dirty hands – mains sales). Puis se laver les mains avec du savon, on prend une 2<sup>e</sup> tranche de pain et on s'essuie les mains dessus (sac1 : clean hands – mains propres). Attendre 3 jours et observer le résultat et la différence.<sup>9</sup>

#### 6. Démentir les fausses idées par des expériences réelles

L'apparition d'une nouvelle maladie crée logiquement beaucoup de peurs.

- Démentir les idées fausses et déconstruire les fausses informations par des expériences réelles de contamination au COVID-19.
- Utiliser les exemples donnés par des célébrités (Idris Elba infecté notamment), mais aussi plus largement, raconter des histoires de personnes issues de la communauté.
- En partageant leurs expériences et leurs **témoignages** (avec leur accord), la maladie sera mieux comprise.
- Si ces témoins insistent sur l'importance du lavage des mains au savon, cela aura probablement plus de chances de convaincre les autres et de **changer leurs comportements**.



Photos : exemples de célébrités partageant leur expérience d'infection par le Covid-19, Source Wash'Em

#### REMARQUES :

- Utilisation de la cendre qui peut être utilisée pour le lavage de main. Mais le savon est plus efficace contre le COVID car il détruit la couronne du virus et le tue. On ne sait pas encore pour la cendre : on recommande donc d'utiliser le savon. Cependant s'il n'y a vraiment pas de savon il vaut mieux la cendre que juste de l'eau.
- Quid de l'usage de l'eau chlorée pour le lavage de mains ? Il n'est pas nécessaire d'utiliser de l'eau chlorée : le savon permet le même effet mais est moins dangereux que le chlore (qui provoque des irritations). On peut cependant utiliser de l'eau chlorée dans des contextes celle-ci est déjà mise en place et acceptée (contexte Ebola par ex).

<sup>7</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=ho0o7H6dXSU>

<sup>8</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=3TJJNsUmDQ0>

<sup>9</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=AlOoDe7\\_RJg](https://www.youtube.com/watch?v=AlOoDe7_RJg)

### **PROGRAMMES SANTE EN COURS**

Les programmes Santé en cours ont pour rôle d'apporter un soutien opérationnel à la gestion de crise auprès des régions/districts sanitaires sur lesquels nous intervenons (aide à la création base de données de suivi des cas, coordination des acteurs, etc.) et de participer aux réunions COVID-19 en collaboration avec les SNH.

**Les référents techniques du Pôle Santé restent disponibles pour appuyer les missions dans le suivi et/ou la réorganisation des projets en cours selon la répartition initiale (référents habituels).**

**Pour les nouveaux projets et questions médicales Covid-19, s'adresser à :**

- Dr Djeri MOLAMBA : [DjeriAmani.Molamba@croix-rouge.fr](mailto:DjeriAmani.Molamba@croix-rouge.fr) / + 33 6 33 07 88 01
- Dr Bernard SIMON : [Bernard.Simon@croix-rouge.fr](mailto:Bernard.Simon@croix-rouge.fr) / + 33 6 74 39 87 33

## ANNEXE : Etapes du lavage des mains

[https://www.who.int/gpsc/clean\\_hands\\_protection/en/](https://www.who.int/gpsc/clean_hands_protection/en/)

### Comment bien se laver les mains

- 1**  **Mouillez-vous les mains avec de l'eau. Versez du savon dans le creux de votre main.**
- 2**  **Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets.**
- 3**  **Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone entre les doigts.**
- 4**  **Nettoyez également les ongles.**
- 5**  **Rincez-vous les mains sous l'eau.**
- 6**  **Séchez-vous les mains si possible avec un **essuie-main** à usage unique.**

