

# Vue d'ensemble – Cours sur le contrôle des infections

Élèves de la maternelle à la 2e année

Durée : Environ 30 à 45 minutes

## Attentes

- Discuter et mettre en pratique les mesures d'hygiène personnelle appropriées qui favorisent leur santé, celle de leur famille et celle de la communauté
- Démontrer qu'ils sont conscients des mesures de santé et de bien-être.

## Objectifs d'apprentissage 1re et 2e année :

- Décrire comment les germes se propagent et expliquer l'importance de l'hygiène personnelle à cet égard (p. ex. se servir d'un mouchoir, se laver les mains avant les repas)

### Plan de leçon 1 – Introduction aux germes

- Que sont les germes?
- Les germes sont partout
- Comment les germes se retrouvent-ils sur nos mains?
- Comment les germes pénètrent-ils dans notre corps?
- Les germes peuvent nous rendre malades
- Les germes peuvent-ils être bons pour la santé?
- Pourquoi le lavage des mains est-il si important?

### Plan de leçon 2 – Hygiène des mains

- Pourquoi le lavage des mains est-il si important?
- Quand devons-nous nous laver les mains?
- Étapes du lavage des mains avec du savon et de l'eau
- Étapes du nettoyage des mains avec un rince-mains à base d'alcool

## Renseignements généraux à l'intention du personnel enseignant

Les enfants transmettent souvent des bactéries et virus aux autres. La maladie est l'une des principales causes de l'absentéisme au travail et à l'école. Pour assurer la santé des élèves en classe, il vous est important, en qualité d'enseignant, de connaître les bonnes pratiques de contrôle des infections et de les enseigner aux enfants lorsqu'ils sont très jeunes afin qu'elles deviennent complètement naturelles.

Les maladies sont causées par des bactéries, des virus et d'autres micro-organismes comme les parasites. On les appelle souvent des germes ou microbes. Les bactéries et les virus peuvent se retrouver dans les sécrétions corporelles (p. ex. dans les selles, les vomissures, le sang) et dans les sécrétions respiratoires produites par la respiration, la toux et les éternuements. Par exemple, si un enfant infecté par le virus de la grippe (influenza) tousse, les germes peuvent être projetés à une distance de 2 mètres et se déposer sur les surfaces. Ils peuvent également survivre plusieurs heures, quelques jours et même plus longtemps dans l'environnement.

Il existe trois principaux modes de transmission des germes.

- La transmission par contact est la plus fréquente. On parle de contact direct lorsque les germes sont transmis d'une personne à une autre (p. ex. lorsqu'elles se donnent la main). On parle de contact indirect lorsqu'ils sont transmis d'une personne à un objet puis à une autre personne (p. ex. toucher une table de ses mains contaminées).
- Les germes peuvent également être transmis par l'intermédiaire de gouttelettes. Cela se produit lorsque de grosses gouttelettes de sécrétions respiratoires causées par la toux ou les éternuements sont projetées dans l'air sur une distance pouvant atteindre 2 mètres.
- Le dernier mode de transmission est la transmission aérienne. Elle se produit lorsque de fines gouttelettes créées par la toux et les éternuements restent suspendues dans l'air. Ces particules peuvent parfois demeurer dans l'air pendant des périodes plus longues et parcourir de plus longues distances.

La mesure la plus importante qu'une personne peut prendre pour prévenir les infections en classe est de garder ses mains propres. Les mains jouent un rôle très important dans la propagation des germes; il est donc important de ne pas oublier de se les laver fréquemment. Le nettoyage des mains avec un rince-mains à base d'alcool (RMBA) est la méthode préférée si les mains ne sont pas visiblement souillées. Les RMBA prennent moins de temps et dessèchent moins la peau. Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau courante lorsque les mains sont visiblement souillées. L'action mécanique du lavage, du rinçage et du séchage des mains élimine la majorité des bactéries transitoires. Enseigner la bonne technique du lavage des mains est essentiel à la prévention des maladies.

### Voici quelques conseils pour aider à assurer votre santé et celle des enfants :

- Servez-vous toujours de serviettes jetables
- Assurez-vous que vos mains sont sèches après avoir utilisé un RMBA
- N'appliquez pas de RMBA après vous être lavé les mains avec de l'eau et du savon
- Nettoyez vos mains fréquemment
- Toussez et éternuez dans un mouchoir ou une manche
- Nettoyez régulièrement les surfaces fréquemment touchées
- Faites-vous vacciner
- Restez à la maison si vous êtes malades