

## Étude Baccide : la contamination microbienne des mains au quotidien



**Barres de métro, poignées de portes, sièges des toilettes... quelles réalités se cachent derrière les chiffres chocs régulièrement publiés sur la contamination microbienne de notre quotidien ?**  
**Baccide a voulu lever le voile sur cette question et mesurer la contamination moyenne de nos doigts à différents moments d'une journée « normale ».**

**Baccide a mené une étude, dirigée par le Docteur Fabien Squinazi**, dans laquelle 10 personnes ont été suivies au long de différentes étapes de la journée. Des empreintes de doigts sur boîte de Pétri ont été effectuées pour en mesurer la contamination, l'objectif étant de dénombrer les colonies bactériennes observables.

Chez chaque sujet, 6 prélèvements des deux mains (deux doigts par main) ont été effectués :

- (T1) le matin à la sortie du métro ;
- (T2) au milieu de la matinée de travail, avant la pause café ;
- (T3) avant de déjeuner, à la sortie des toilettes, après s'être lavé les mains ;
- (T4) au milieu de l'après-midi, après une réunion de travail ;
- (T5) à la sortie du bureau, après une balade en vélo libre-service ;
- (T6) le soir, après avoir fait des courses au supermarché.

Après chaque prélèvement, les sujets se sont désinfecté les mains.

Les résultats sont étonnants. Les sujets ont récolté en moyenne 57 bactéries sur les doigts entre leur domicile et la sortie du métro, mais encore plus au bureau. En effet,

la contamination maximale observée était à T2, avec 75 bactéries en moyenne sur seulement 4 extrémités de doigts.

Autre surprise : à la sortie des toilettes (T3), une contamination moyenne de 33 bactéries a été mesurée, alors que les sujets s'étaient tous lavé les mains à l'eau et au savon après être passés aux toilettes !

A la sortie d'une réunion de travail (T4), les sujets avaient en moyenne 61 bactéries sur les doigts. En sortant du bureau, ils ont utilisé des vélos libre-service (T5), et au moment de reposer leurs vélos, on a constaté une contamination moyenne de 47 bactéries sur leurs doigts.

Enfin, après avoir fait quelques courses au supermarché (T6), ils avaient de nouveau 47 bactéries en moyenne sur les doigts.



*Contamination bactérienne observée chez un sujet au milieu de sa matinée de travail, avant la pause café (T2).  
En haut : 2 doigts de la main gauche.  
Ci-contre : 2 doigts de la main droite.*



### L'AVIEZ-VOUS REMARQUÉ ?

De plus en plus d'espaces publics remplacent les portes traditionnelles par des portes automatiques ou sans poignée.

# La transmission des microbes par les mains

L'ensemble des micro-organismes présents sur nos mains est réparti en deux groupes :

- > **la flore résidente** qui agit souvent comme protection naturelle contre l'invasion de microbes potentiellement pathogènes ;
- > **la flore transitoire** composée des microbes issus de l'environnement et récoltés par contact avec d'autres mains ou des surfaces contaminées.

## LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DU DÉVELOPPEMENT DE LA FLORE TRANSITOIRE

### 1. Les micro-organismes de la flore transitoire sont capables de survivre pendant des heures sur les mains :

- > Différentes études ont montré que les virus respiratoires et rotavirus (virus impliqué dans la gastro-entérite) conservent leur infectiosité pendant plusieurs heures sur les mains.
- > Les *Pseudomonas Aeruginosa* et *Burkholderia Cepacia*, bactéries tristement célèbres pour leur implication dans les maladies nosocomiales, se transmettent par une simple poignée de mains et peuvent rester actives pendant 180 minutes.

### 2. Les micro-organismes transitoires présents sur les mains se déposent sur d'autres surfaces :

- > Environ 10 millions de squames cutanées contenant des micro-organismes viables se détachent chaque jour de la peau.
- > Ces micro-organismes sont transférés sur d'autres mains par contact direct (poignée de main) ou par contact avec des surfaces inertes contaminées.

### 3. Les mains contaminées (ou insuffisamment désinfectées) transmettent ces micro-organismes à d'autres surfaces inertes et à d'autres personnes.

Le bon réflexe

## L'EFFICACITÉ DE BACCIDE DANS L'ÉLIMINATION DES MICROBES

Les agents de désinfection des mains à base d'alcool sont conçus pour tuer rapidement la majorité des micro-organismes qui composent la flore transitoire de la peau. Les alcools ont une excellente activité bactéricide et fongicide et, de tous les agents de désinfection des mains, ce sont ceux qui agissent le plus rapidement. Contrairement aux idées reçues, le lavage des mains avec un gel hydroalcoolique est bien moins agressif qu'un lavage avec de l'eau et du savon... et il est bien plus efficace aussi !

En 2009, L'OMS a confirmé que les désinfectants des mains à base d'alcool éliminent les micro-organismes plus efficacement, demandent moins de temps et irritent moins la peau que le lavage des mains avec de l'eau et du savon.

Mais l'efficacité antimicrobienne des alcools est sensible à la dilution dans l'eau, il faut donc les utiliser sur des mains sèches pour éviter d'abaisser la concentration d'alcool.

Par ailleurs, les mains devraient être lavées avec du savon et de l'eau lorsqu'elles sont visiblement souillées par des matières organiques.

### DÉFINITION

Les microbes, littéralement « petite vie », sont des micro-organismes vivants, invisibles à l'œil nu donc uniquement observables au microscope. Ils regroupent notamment les bactéries, les virus et les champignons microscopiques.

