

LES GELS HYDROALCOOLIQUES : QUESTIONS - REPONSES

Le gel hydroalcoolique est-il plus efficace que le lavage des mains à l'eau et au savon ?

La réponse est non. « Il n'y a aucun intérêt à utiliser du gel si l'on dispose d'un accès à un point d'eau et à du savon, précise Olivier Schwartz, responsable de l'unité Virus et Immunité à l'Institut Pasteur. Se laver les mains soigneusement est aussi efficace et moins cher. De plus, le gel ne lave pas. » De ce fait, des saletés diverses, même microscopiques, peuvent rester à la surface des mains après utilisation et si l'on est en contact par la suite avec des virus, ils y trouveront un terrain propice à leur survie. « L'efficacité des gels sur Covid-19 en particulier n'a pas été testée mais il n'y a pas de raison d'en douter car elle a été confirmée sur d'autres coronavirus », poursuit Olivier Schwartz. Cela dit, les bonnes vieilles méthodes peuvent s'avérer tout aussi probantes sur l'élimination des virus et bactéries. Ainsi, du temps où sévissait la grippe A (H1N1), une étude avait montré que le lavage à l'eau et au savon était plus efficace que l'utilisation de trois gels hydroalcooliques (à base d'alcool seul ou d'alcool + chlorhexidine). Même chose avec la redoutable bactérie Clostridium difficile dont le lavage, même à l'eau froide, a pu venir plus facilement à bout que l'application de produit antibactérien.

Le gel Hydroalcoolique présente-t-il des inconvénients :

Dans la mesure où ils restent sur la peau, les gels hydroalcooliques sont potentiellement plus nocifs que le savon. S'ils ont pu, par le passé, contenir des ingrédients à risque comme le triclosan, un perturbateur endocrinien, ce n'est plus le cas aujourd'hui. L'inconvénient essentiel est celui de la présence d'alcool qui peut devenir irritant, surtout si on multiplie les applications. Sont concernées en particulier les peaux réactives, comme celles des personnes souffrant d'eczéma. Par ailleurs, les versions parfumées peuvent contenir des allergènes, elles sont à éviter surtout en cas de terrain allergique. À noter que ces produits ne peuvent pas, a priori, induire de résistances bactériennes.

Quand utiliser du gel hydroalcoolique ?

Quand on n'a pas accès à un point d'eau, on peut utiliser un gel affichant une concentration d'alcool d'au moins 60 %. On le fera dans toutes les circonstances où l'on a pu toucher une surface potentiellement contaminée et où les mains seront ensuite en contact avec les portes d'entrées que sont la bouche, le nez et même les yeux (éviter de se toucher le visage fait ainsi partie des mesures de prévention). « Le virus survit probablement plusieurs heures sur des surfaces inertes, surtout si elles sont lisses ; les tissus, par exemple, sont moins favorables à leur survie car ils sont poreux.

Mais pour qu'il puisse infecter quelqu'un, il y a aussi une question de quantité, nuance Jean-Claude Manuguerra, responsable de la Cellule d'intervention biologique d'urgence à l'Institut Pasteur. Concrètement, pour prendre un exemple actuel, les bulletins de vote, que l'électeur précédent aura seulement effleurés, ne constituent pas une menace. Pour le stylo d'émargement, avec lequel le contact est plus prolongé, la question se pose davantage. » Donc, se désinfecter les mains au square avant de donner à goûter aux enfants ou dans les transports après s'être accroché longuement à une barre d'appui, bien sûr. Mais inutile de le faire à tout bout de champ. Si des précautions supplémentaires sont à prendre en période d'épidémie, une hygiène obsessionnelle peut nuire à notre microbiote cutané qui nous protège des bactéries pathogènes via divers mécanismes et ne doit pas être récuré en permanence.

Comment utiliser le gel ?

La question paraît absurde et pourtant... Avant leur mise sur le marché, l'efficacité des gels est établie dans des conditions bien précises de quantité et de durée. Ce sont elles qui sont indiquées sur les flacons dans les conseils d'utilisation. Il n'est pas rare que la quantité prescrite soit de 3 voire 4 ml, et la durée de frottage préconisée d'une minute. C'est beaucoup et c'est très long ! Il faut néanmoins respecter ces prescriptions, faute de quoi l'efficacité n'est pas assurée. « Clairement, en utiliser peu et rapidement ne sert à rien », met en garde Jean-Claude Manuguerra. Conclusion, ceux qui utilisent du gel hydroalcoolique pour gagner du temps alors qu'ils ont un lavabo à disposition ont tout faux.

Que penser des recettes maison ?

Celles données par des internautes, à base d'huiles essentielles notamment, n'ont pas fait la preuve de leur efficacité. De son côté, l'Organisation mondiale de la santé a publié sur son site une recette validée, mais il est bien précisé qu'elle est destinée aux professionnels de la pharmacie. Par ailleurs, l'accès aux ingrédients n'est pas aisé, la manipulation peut être risquée et les conditions d'asepsie d'une cuisine ne sont pas les mêmes que celles d'un laboratoire. Dans la mesure où les circonstances dans lesquelles l'utilisation de gel hydroalcoolique est indispensable sont limitées et où les prix sont désormais encadrés, l'intérêt de la fabrication maison paraît plus que douteux. Prix de vente maximum des gels hydroalcooliques (décret du 6 mars 2020).

https://www.quechoisir.org/actualite-gels-hydroalcooliques-leur-interet-et-leurs-limites-n76559/?utm_medium=email&utm_source=nlh&utm_campaign=nlh200311