

# L'hygiène

---

La maison, le restaurant grand ou petit regorgent d'endroits propices à la contamination au développement bactérien et même les surfaces paraissant très propres abritent des milliers de bactéries invisibles à l'œil nu. En effet il existe quatre types de dangers de contamination en fonction des facteurs incriminés

## Les réservoirs

Ils correspondent à tous les sites humides du local où les bactéries se développent préférentiellement. Les sites très fréquemment colonisés sont généralement les siphons ; les cuvettes des WC, les siphons, les éviers ainsi que les égouttoirs.

Un lavage régulier et profond de ces endroits permet de limiter le risque microbien.

## Les disséminateurs

Il s'agit de l'éponge, serpillères gants et serviette de toilette, torchons ainsi que la brosse. Le risque de contamination étant élevé il est nécessaire de décontaminer fréquemment voire après chaque utilisation ces ustensiles qui sont utilisés pour le nettoyage.

## Les surfaces

Les surfaces en contact avec la nourriture et les mains sont : les planches à découper et plans de travail, les ustensiles et le réfrigérateur.

## Les autres surfaces

Les sols, les tapis, les surfaces des salles à manger, les poignées des portes.. cependant le premier vecteur de contamination des maladies à transmission directe demeure les mains. Les principales maladies étant les gastro-entérites.

## Lavage des mains,

-retirer les bijoux et les bagues et mouiller les mains avec de l'eau tiède

-mettre du savon dans la paume des mains en frottant vigoureusement et soigneusement entre les doigts et sous les ongles.

-concentrer le frottement entre les doigts, sous les ongles et dans les plis des mains ces endroits constituent des zones idéales pour la prolifération des germes.

-rincer les mains avec de l'eau légèrement tiède. une température avoisinant les 43°C permet d'éliminer les matières grasses.

Le lavage des mains survient régulièrement :

- avant de manger
- avant de manipuler la nourriture
- après avoir été aux toilettes
- après avoir changé les couches d'un enfant
- après avoir joué ou touché un animal
- après avoir éternué ou toussé dans ces mains
- après avoir manipulé des ordures ou touché des surfaces sales
- après être mouché.

D'autres conditions sont nécessaires a la manipulation des denrées alimentaires citons :

- mettre un pansement hermétique sur les plaies.
- n'utiliser les mouchoirs qu'une fois
- avoir une hygiène bucco-dentaire irréprochable en changeant la brosse a dent chaque mois
- se laver soigneusement les mains après chaque toilette pour limiter les risques de transmission des microbes en serrant la main d'un autre ou en touchant poignée de la porte ou autre ustensiles ;
- après chaque activité physique. L'eau permet l'élimination de toute multiplication microbienne engendrée par la sueur, la poussière ou toute autre sécrétion corporelle.
- porter des vêtements propres ne pas oublier de vêtements de travail (tablier -gants ,calot).

la prévention des intoxications alimentaires nécessite les recommandations suivantes:

- nettoyer régulièrement le réfrigérateur a fond
- éliminer les miettes et les restes des repas susceptible d'attirer les mouches ou autres insectes et de faire proliférer les microbes.
- laver et désinfecter régulièrement la poubelle et les zones de projection environnantes et la vider tous les jours.
- changer les essuies mains et les torchons .
- utiliser des produits de vaisselles antibactérien pour le lavages des éponges qui constituent a cause de l'humidité un milieu favorable pour le développement des bacteries.les laver a une températures avoisinant les 60C°.
- au niveau des toilette et de la salle de bain/
- nettoyer régulièrement le lavabo et les toilettes
- nettoyer les poignée des portes, la robinetterie, la cuvette et le lavabo.

-étendre les serviettes après chaque usage et prévoir de préférence des serviettes individuelle, pour les restaurants collectif utiliser du papier ou les sèche mains.

-aérer régulièrement les espaces de travail afin de faciliter l'évacuation de l'humidité.

la prévention des intoxications alimentaires passe par les recommandations suivantes:

- bien se laver les mains avant de manipuler les aliments
- conserver au frais les aliments achetés notamment les produits périssables
- laver et éplucher les fruits et légumes pour diminuer l'ingestion des pesticides
- régler la température du réfrigérateur entre 0 et 4C°
- éviter de maintenir la porte du réfrigérateur ouverte
- décongeler les aliments congelés ou surgelés ensuite les préparer immédiatement
- ne jamais congeler un produit décongelé

**points a retenir.**

**se laver les mains demeure le geste le plus important**

**-les éponges de lavage des ustensiles sont des nids pour la prolifération des microbes et doivent être changé souvent.**

**- ne jamais congeler un produit décongelé**

**-laver les aliments avant leurs préparation.**

un autre point important doit être évoquer et concerne l'hygiène au lavage du linge:

**avant de laver, séparer les vêtements, les sous vêtements et les torchons. Le lavage des vêtements de personnes malades se fait séparément.**

en plus des recommandations énoncées ci dessus, le décret exécutif 91/53 du 23 février 91 relatif aux conditions d'hygiène lors du processus de la mise a la consommation des denrées alimentaire regroupe l'ensemble des conditions nécessaire a la manipulation des denrées alimentaires.