

# Tout savoir sur les Solutions Hydro-Alcooliques (SHA)...

*La référence en terme d'hygiène des mains pour prévenir les infections associées aux soins*

La friction avec SHA est plus efficace que le lavage au savon

**VRAI**

**Composition :** Alcool et Glycérine (émollients). Absence de parfum recommandée pour éviter les allergies.

**Action :** L'alcool des SHA désinfecte les mains contrairement au savon (action mécanique).

**Gain de temps :** 30 secondes pour une friction avec SHA contre 1 minute pour un lavage.

Les SHA dessèchent les mains

**FAUX**

Les SHA contiennent des **émollients** et entraînent moins de sécheresse et d'irritation de contact que le lavage des mains (eau, savon, essuie-mains).

**POUR UNE BONNE TOLÉRANCE :**

- 1 Appliquer sur une peau sèche pour éviter l'irritation



> Mains sèches  
lors de  
l'application  
de SHA

- 2 Privilégier les SHA sans parfum pour éviter les allergies



JE TRAVAILLE AVEC MES MAINS  
J'EN PRENDS SOIN !

Crèmes ou lotions hydratantes : de préférence en fin de journée de soins, ou au moment des pauses.

Si les mains sont plus sèches ou abîmées (en hiver par exemple), une crème plus grasse et cicatrisante est nécessaire.

Ne pas hésiter à consulter rapidement  
en cas de lésions persistantes



## L'alcool des SHA passe dans le sang

**FAUX**

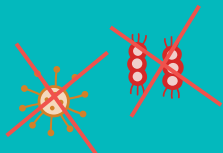
L'absorption d'alcool est extrêmement faible lors de frictions intensives des mains avec les SHA, équivalente aux valeurs d'éthanolémie "endogène" (= que le corps produit naturellement).

*Pas de contre-indication à l'utilisation par la femme enceinte (source : ANSM mars 2011)*

## L'usage intensif des SHA favorise l'émergence de bactéries résistantes

**FAUX**

La tolérance des bactéries à l'alcool est quelque chose de connu sur le plan scientifique. En revanche, la concentration d'alcool que l'on peut trouver dans une solution hydro-alcoolique (environ 80 %) n'est pas compatible avec la survenue de résistances.



## Les SHA contiennent des perturbateurs endocriniens

**FAUX**

**Les SHA ne présentent pas de risque, ce qui n'est pas le cas de nombreux produits que vous utilisez tous les jours**

*url.quechoisir.org/cosmetique :  
417 autres produits  
à découvrir sur le site !*

Article relayé dans les médias décrivant un passage transcutané de bisphénol A contenu dans des tickets de caisse de mains recouvertes de SHA (les mains mouillées favorisent l'absorption). Or :

- **Les SHA ne contiennent pas de Bisphénol A, ni de triclosan/triclocarban.**
- **Les mains doivent être sèches en fin de friction aux SHA.**
- **La quantité de SHA de l'article est largement supérieure à celle recommandée.**

## Les SHA provoquent le cancer

**FAUX**

**"L'ANSM n'a pas pu identifier un risque sanitaire supplémentaire cancérigène ou reprotoxique ou neurotoxique, par voie cutanée ou inhalée, suite à l'exposition à l'éthanol contenu dans les produits hydro-alcooliques, dans les conditions normales d'utilisation chez l'homme."**

*Agence Nationale de Sécurité des Médicaments (ANSM) : Rapport sur l'innocuité des SHA*



L'utilisation de SHA dans les établissements de santé est sans risque et contribue fortement à la diminution des infections associées aux soins. **QUE PENSEZ-VOUS DE RELAYER LE MESSAGE ?**