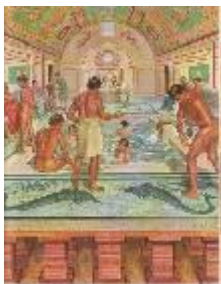


HISTOIRE DE L'HYGIENE...

Les découvertes scientifiques récentes prouvent qu'une parfaite hygiène corporelle est importante pour rester en bonne santé.

Au cours des siècles, la propreté a tour à tour été considérée comme une vertu ou, au contraire, comme un vice lorsque sa pratique devient excessive. Le soin du corps, de ce qui le vêt, de ce qui le montre, a toujours été l'objet d'attentions variables selon les époques et les civilisations. Faisons un petit retour dans le passé...



■ L'antiquité : bains, crèmes et volupté sont à l'honneur

L'hygiène des grecs et des romains avait un sens purificateur mais évoquait aussi la volupté. Attentifs aux soins corporels, les Romains passaient beaucoup de temps à se baigner dans les thermes collectifs. Cela sous les bons auspices de la Déesse Hygie, protectrice de la santé, et à qui nous devons le mot actuel « hygiène ».

■ Au Moyen âge : le « tout-à-la rue »

A cette époque, le pot de chambre, qui est apparu sous les romains, est encore de rigueur et on fait ses besoins parfois devant tout le monde ! En ville l'hygiène corporelle est très présente. Les bains publics ou étuves permettent aux hommes de se retrouver et de se détendre dans un réel lieu de plaisir. Mais progressivement les bains publics deviennent des lieux mal fréquentés. Dans la rue, l'hygiène est moins flagrante : c'est l'époque du « tout-à-la rue » ! Excréments et eaux usées s'y mêlent et nagent dans les rigoles se trouvant au centre des rues...



■ Renaissance : la crasse protège le corps

Des maladies très graves se propagent sans qu'aucun scientifique ne puisse réellement expliquer pourquoi. On fuit l'eau accusée de transmettre des maladies en ouvrant les pores de la peau et ainsi l'organisme, à l'action néfaste de toutes les maladies. On pense alors qu'une couche de crasse assure une protection contre les maladies. La toilette corporelle devient donc sèche. On utilise uniquement un linge propre pour frotter les parties visibles du corps ! Un habit blanc qui devient noir est bien perçu : il a capté la saleté... Donc, plus besoin de se laver... !

■ Le XVIIIème siècle voit réapparaître les latrines collectives dans les maisons, et l'interdiction de jeter les excréments par la fenêtre, chose qui était devenue pratique courante !



■ XIXème siècle : urbanisme et sciences sont à l'œuvre

C'est le siècle du renouveau de l'hygiène. Les travaux d'urbanisme se développent. Ils intègrent la création de fosses septiques et prévoient un mécanisme d'évacuation des eaux usées jusqu'à l'égout pour toute nouvelle construction. C'est le début du tout-à-l'égout.

Louis PASTEUR développe une théorie des germes selon laquelle certaines maladies sont causées par des micro-organismes. Les premières mesures d'hygiène se dessinent : le lavage des mains et la toilette quotidienne à l'eau et au savon.

■ XXème : hygiène rime (presque) avec comportement

Doucement, la notion d'hygiène s'ancre dans les esprits grâce notamment à son introduction dans les écoles. Cela permet que cette notion s'étende à toutes les couches de la société.

Le changement est lent car il faut lutter contre les croyances et les habitudes. Les progrès en biologie vont permettre de démonter les mécanismes de contaminations, d'infection. Selon les pays, les habitudes varient mais l'hygiène s'imposera partout.

Il semble encore aujourd'hui que des progrès restent à faire : le lavage des mains au sortir des toilettes ne semble pas toujours aller de soi !!



Connais-tu les modes de transmission des virus respiratoires ?

Les virus respiratoires se transmettent par les postillons, les éternuements, la toux, la salive et les mains



Toi aussi adopte des gestes simples pour limiter les risques d'infection

Lave-toi les mains plusieurs fois par jour avec du savon pendant 30 secondes :

Comment ?

- Frotte les ongles et le bout des doigts
- Frotte la paume des mains
- Frotte entre les doigts
- Frotte l'extérieur des mains

Quand ?

- Après avoir éternué, toussé ou t'être mouché
- Avant et après chaque repas
- Après chaque sortie et retour au domicile
- Après être allé aux toilettes



Connais-tu le pouvoir du savon ?



Le savon est composé de molécules (dites bipolaires). Elles contiennent une partie hydrophobe (qui fixe les corps gras) et une partie hydrophile (qui est attirée par l'eau). C'est pour cela que le savon entraîne les corps gras (ce qui est sale) dans l'eau. Ainsi, la saleté se retrouve fixée par les molécules du savon et décollée de la peau, avant de partir avec l'eau de rinçage.



Connais-tu l'histoire du mouchoir ?



A l'origine, les Romains employaient des tissus pour s'essuyer le visage et la bouche. Ils les portaient autour du cou, sur l'épaule et à la main. Le mouchoir de poche est apparu beaucoup plus tard, en Italie. Les premiers mouchoirs avaient des formes variées : ronds, triangles, rectangles.. C'est le roi Louis XVI qui décida que le mouchoir devrait toujours être carré.

Utilise un mouchoir en papier, c'est plus hygiénique pour te moucher, utilise ton mouchoir qu'une seule fois.