

# Trop d'hygiène peut nuire



**P**lus d'un consommateur sur deux pense que pour qu'une maison ne contienne pas de microbes, elle doit être nettoyée régulièrement avec des produits désinfectants. A peine un sur quatre pense qu'un nettoyage régulier peut remplacer l'usage de désinfectant<sup>1</sup>. Pourtant l'exposition aux produits de nettoyage peut être nocive pour la santé puisque beaucoup d'entre eux sont corrosifs, inflammables, toxiques ou chimiquement réactifs.

## L'imaginaire hygiéniste

Les messages publicitaires cherchent à nous convaincre que nous, consommateurs, vivons dans un univers envahi de micro-organismes dangereux contre lesquels nous devons déclarer une guerre sanitaire sans merci. Cette idée germe d'autant plus facilement dans l'imaginaire que l'actualité



récente comporte de nombreux exemples de problèmes sanitaires et d'épidémies (crises alimentaires, maladies infectieuses...). Mais une maison familiale a rarement besoin d'être désinfectée ; au contraire, il s'y établit des équilibres microbiens stables et protecteurs que l'utilisation de détergent désinfectant vient compromettre, laissant la place à de nouveaux germes qui peuvent même être plus dangereux. En outre, ces nettoyants désinfectants ne sont pas aussi efficaces qu'ils veulent le faire croire, ils sont chers, plus dangereux pour la santé et à l'origine de rejets polluants et de plus de déchets d'emballages.

## Quelques habitudes revues

- Un entretien régulier à l'eau avec un nettoyant tous usages rend les habitations propres, saines et agréables à vivre et permet de se passer aisément de produits plus agressifs.
- L'utilisation d'une lavette en micro-fibres, plutôt que des lingettes jetables, permet de réduire les quantités de détergents et de déchets, tout en obtenant d'aussi bons résultats.
- Le choix de produits efficaces, conçus et développés de manière à réduire leur impact sur l'environnement et la santé.
- La pose d'une crépine sur l'orifice des éviers permet de retenir les particules et autres déchets, évitant ainsi la formation de bouchons dans les canalisations et le recours aux déboucheurs chimiques très dangereux (pour le cycle de l'eau).

## ... l'armoire à produits allégée

Alors que les rayons de magasins regorgent de produits de nettoyage encore plus colorés et plus parfumés, quelques produits

de base sont suffisants pour assurer un nettoyage efficace et sain de toute la maison<sup>2</sup> :

- du vinaigre blanc : pour les éviers et douches, excellent détartrant, fait briller les carrelages en céramiques (pas le marbre !), nettoie les cuivres (+ sel), rafraîchit les tapis (dilué), indispensable pour nettoyer le frigo (abaisse le pH)...
- un produit multi-usages à base de tensio-actifs végétaux : pour les sols et autres surfaces
- du bicarbonate de soude : moins agressif que les crèmes à récurer pour les appareils électriques et pour ôter les mauvaises odeurs d'un réfrigérateur

Ainsi que du jus de citron, de l'alcool à brûler, du savon mou ou liquide, du sel, de l'huile de lin, de la cire d'abeille ou végétale... pour des usages plus particuliers (?).

Quelques torchons, vieux chiffons, du papier journal, une vieille brosse à dents compléteront le tout.

## Quelques précautions d'usage

- Lire l'étiquette du produit avant l'achat
- Lire les consignes de sécurité avant usage
- Ne pas dépasser les dosages
- Ranger les produits de nettoyage hors de la portée des enfants et des animaux et loin des salles de repas.

## Quelques exploitations à l'usage d'enseignants, d'intervenants sociaux et de la santé<sup>3</sup>:

- Chimie, éveil : produits toxiques et logos, vinaigre et détartrage, fabrication de savon et autres produits nettoyants, lecture des étiquettes et contenus de produits de nettoyage...
- Biologie : micro-organismes et bactéries, leurs rôles en matière de santé et d'environnement
- Mathématiques : dosage des produits, volumes et fractions...
- Français, morale : lecture des modes d'emploi, rédaction d'une saynète ou mime d'une pub pour un produit nettoyant, analyse critique de pubs pour des produits nettoyants (avec le prof de sciences, par ex.).
- Aide ménagère, aide familiale : déployer de nouveaux savoir-faire pour un nettoyage favorable à la santé, à l'environnement ... et au portefeuille !

Joëlle VAN DEN BERG

## Sources

<sup>1</sup> « L'hygiénisme », étude réalisée par le CRIOC, novembre 2004: consultable sur <http://www.oivo-crioc.org/documents/Recherches> => consommation durable

<sup>2</sup> Différentes fiches du REC dont « Une autre façon de nettoyer » ; « Comment puis-je fabriquer mes propres produits de nettoyage écologiques ? » (071 300 301 - [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)).

<sup>3</sup> « Que peut-on rejeter à l'évier ? » Activité et infos sur <http://www.ac-orleans-tours.fr/sciences-loire/Activites/evier2/evier2.htm>  
Infos et recettes écologiques sur le site du réseau canadien de la santé : <http://www.canadian-health-network.ca/> (> santé de l'environnement > questions/réponses)