Avis du conseil supérieur de la santé la piscine pour les nourrissons et les enfants

< 1an : natation non recommandée

Le CSS n'encourage pas la pratique de la natation par les bébés (âgés entre 0 et 12 mois) dans des environnements tels que ceux qui règnent actuellement dans les piscines belges.

Bien que cette activité offre une forme complète d'exercice physique et puisse en outre générer certains avantages sur le plan affectif (lien entre le bébé et ses parents), les éléments suivants doivent être pris en compte :

- > La fréquentation de piscines ne confère pas de bénéfices réels aux enfants de cet âge, étant donné que la coordination des membres n'est acquise qu'à partir de l'âge de 3-4 ans ;
- > Les bébés constituent une population particulièrement vulnérable (plus sujette aux infections, muqueuses hyper réactives, poumons immatures, etc.) ;
- > L'exercice physique et les avantages affectifs peuvent sans doute également être obtenus grâce à d'autres activités telles que prendre un bain avec son bébé chez soi ;
- > Dans les piscines fréquentées par les bébés nageurs, la température de l'eau ainsi que celle de l'air est relativement élevée, ce qui génère à son tour un taux d'humidité significatif et favorise la croissance de micro-organismes ;
- > Les séances de natation pour bébés sont souvent organisées dans des piscines privées accessibles au public. Ces dernières ne font pas nécessairement l'objet d'un contrôle systématique ni d'une inspection régulière.

> 1an : natation recommandée

Les recommandations pour les enfants plus âgés (de plus de 1 an) formulées par le CSS dans son avis nr. 8614 sont toujours d'application : la natation demeure une activité fortement recommandée, **même en cas d'asthme**. En ce qui concerne ce groupe cible, les avantages conférés par la natation si celle-ci est pratiquée dans de bonnes conditions d'hygiène et dans des piscines contrôlées l'emportent sur le risque de toxicité lié au chlore et ses dérivés.

Analyse du risque sanitaire dans les piscines :

Pour des raisons sanitaires, il est tout à fait impératif que les piscines soient convenablement désinfectées. Le CSS considère qu'il n'existe **actuellement aucune preuve que les alternatives au chlore constituent une solution appropriée pour la désinfection des piscines** et conviennent donc pour protéger la population du risque d'infection lié à la fréquentation de piscines insuffisamment désinfectées. En effet, tout ce qui désinfecte et de ce fait tue les agents pathogènes est potentiellement toxique pour les humains. Néanmoins, il convient de garder à l'esprit que le chlore ne rend pas l'eau stérile pour autant et que certains organismes peuvent résister à la désinfection au chlore. Le chlore est le meilleur désinfectant disponible à l'heure actuelle. Cependant, il existe un risque éventuel d'effets à long terme et d'apparition différée de maladies graves dues aux propriétés génotoxiques des dérivés organiques chlorés, qui sont également des perturbateurs endocriniens potentiels. Compte tenu du fait qu'aucune analyse de risques n'est disponible, il est recommandé qu'une telle analyse soit effectuée.

Règles de base:

Les matières organiques (transpiration, urine, etc.) jouent un rôle prépondérant dans la formation de dérivés toxiques responsables de l'apparition d'affections liées au chlore. Les nageurs constituent dès lors une source potentielle de contamination, ce qui signifie qu'ils peuvent facilement contribuer à réduire ce risque en respectant quelques règles simples, telles que :

- > Ne pas nager en cas de diarrhée
- > Eviter d'avaler l'eau de la piscine
- > Prendre une douche soi-même et donner une douche à ses enfants en utilisant de l'eau et du savon avant d'entrer dans le bassin ;
- > Se laver les mains à l'eau et au savon après avoir utilisé les toilettes et avoir changé les couches des enfants ;
- > Changer les couches des enfants ou emmener les enfants aux toilettes.

Pour cela, il est indispensable de prévoir les infrastructures nécessaires (toilettes convenablement équipées).

Référence : <https://www.health.belgium.be/fr/avis-8748-la-problematique-du-chlore-dans-les-piscines>