

PICS DE POLLUTION par les particules

Les pics de pollution sont des augmentations importantes et rapides des concentrations de poussières dans l'air (les particules PM10 et autres). Ils apparaissent surtout en hiver, dans des conditions climatiques particulières (inversions de température).

Ces particules, comme la plupart des autres polluants atmosphériques, sont surtout émis par les industries et le transport routier, et dans une moindre mesure par l'agriculture, le chauffage domestique, la production d'énergie et les autres transports.

L'Agence wallonne de l'Air et du Climat (AWAC) élabore les plans de gestion de la qualité de l'air. Elle gère les alertes en cas de pics de pollution, en collaboration avec le Centre Régional de Crise (CRC) et la Cellule interrégionale de l'Environnement (CELINE).

L'information sur les pics est relayée par la presse écrite, la radio, la télévision et l'Internet.

Il n'est pas possible de définir un seuil de PM10 sous lequel on n'observe aucun effet sur la santé. Aux seuils d'alerte fixés pour les pics de pollution correspondent des actions destinées à réduire la concentration de particules dans l'air.

Trois seuils d'alerte environnementaux

SEUIL 1 : concentration moyenne en PM10 égale ou supérieure à $70 \mu\text{g}/\text{m}^3$ pendant au moins deux jours consécutifs

SEUIL 2 : concentration moyenne en PM10 égale ou supérieure à $100 \mu\text{g}/\text{m}^3$ pendant au moins deux jours consécutifs

SEUIL 3 : concentration moyenne en PM10 égale ou supérieure à $200 \mu\text{g}/\text{m}^3$ pendant au moins deux jours consécutifs

Les alertes peuvent être déclenchées à un niveau local et/ou régional suivant l'étendue des pics de pollution.

Pour contribuer à réduire la pollution en cas de pic :

Réduire ses déplacements motorisés
au strict minimum

•
Privilégier les transports en commun

•
Respecter les consignes de limitation de vitesse

Pour en savoir plus :

- SUR LES PICS DE POLLUTION ET LA SANTE :
<http://www.wallonie.be> - N° vert 0800 11 901
cpes@spw.wallonie.be
- SUR LA QUALITE DE L'AIR ET SUR LA SURVENANCE D'UN PIC :
S'informer et être alerté par SMS sur :
<http://Airquality.issep.be>
Consulter le bulletin d'information sur :
<http://www.irceline.be>
- SUR LA PREVENTION EN MATIERE DE SANTE DE LA FEDERATION WALLONIE-BRUXELLES :
www.sante.cfwb.be
En période d'alerte : contacter le call center de la Croix rouge en composant le **105**

Pics de pollution :

Quels dangers pour ma santé ?

Que faire pour me protéger ?



Infographie : SPW/Département de la Communication, Direction de la Communication externe



Une initiative de la Wallonie
en collaboration avec la Fédération Wallonie-Bruxelles



QUELS SONT LES RISQUES POUR LA SANTE EN CAS DE PICS DE POLLUTION ?

Même à faible niveau, la pollution atmosphérique a des effets néfastes sur notre santé. Leur gravité dépendra de la concentration et de la composition des polluants, de la durée d'exposition, ainsi que de la sensibilité et des activités des personnes exposées.

A long terme, une exposition prolongée à la pollution de l'air peut être à l'origine de l'apparition ou de l'aggravation de maladies respiratoires (par exemple l'asthme, la bronchite chronique) et d'une diminution de la fonction pulmonaire chez les enfants et les adultes. Elle peut augmenter le risque de contracter des maladies cardiovasculaires. Elle peut aboutir à une diminution de l'espérance de vie, surtout chez les personnes fragilisées parce qu'elles ont déjà une maladie respiratoire ou cardiaque.

A court terme, en particulier en cas de pic de pollution les effets suivants peuvent être observés :

- irritations du nez, de la gorge et des yeux ;
- diminution de la capacité respiratoire, respiration difficile, sifflante, toux ;
- apparition ou aggravation de problèmes pulmonaires (asthme, bronchite, BPCO) et cardiovasculaires (maladies cardiaques, hypertension) préexistants, ce qui peut nécessiter l'adaptation du traitement et même une hospitalisation en urgence.

Les effets des particules sur la santé sont essentiellement liés à une exposition prolongée (long terme). Néanmoins les effets à court terme sont souvent plus visibles en cas de pic de pollution car ils atteignent davantage de personnes sur un court laps de temps.

QUI EST CONCERNE PAR LES PICS DE POLLUTION ?

La pollution peut affecter la santé des adultes bien portants. C'est surtout le cas s'ils y sont très exposés (travailleurs dans les usines, agents de la circulation, conducteurs, commerçants de rue), s'ils pratiquent une activité sportive intense à proximité des voies de circulation, ou s'ils sont fumeurs.

Certains sont plus particulièrement sensibles à la pollution :

- les personnes (enfants, jeunes, adultes) déjà fragilisées par une maladie respiratoire, une maladie cardiaque ou vasculaire
- les jeunes enfants (moins d'un an)
- les femmes enceintes
- les personnes âgées

QUE FAIRE POUR SE PROTEGER PENDANT LES PICS ?

Recommandations aux personnes sensibles à la pollution :

- limiter ses déplacements et, dans la mesure du possible, limiter les promenades avec **les jeunes enfants** ou les jeux à l'extérieur ;
- ne pas fumer ; éviter de fréquenter les endroits où l'on fume ;
- éviter tout exercice physique important ou soutenu ;
- avant les pics : contacter son médecin pour estimer la nécessité d'adapter le traitement habituel d'un problème respiratoire ou cardiaque ;
- **consulter son médecin** dès l'apparition ou la moindre aggravation de symptômes respiratoires ou cardiaques (difficulté de respirer, sifflements, palpitations. . .).

Recommandations à l'entourage des personnes sensibles :

Etre vigilant et aider au respect des recommandations aux personnes sensibles.

Recommandations à l'ensemble de la population :

- éviter toute pratique sportive intensive ;
- consulter son **médecin** dès l'apparition de symptômes respiratoires ou cardiaques.

