



## JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ

### Agir sur la pollution de l'air pour protéger les plus fragiles

*A l'occasion de la Journée Mondiale de la Santé, qui se tient ce vendredi 7 avril sur le thème « la santé pour tous », Atmo BFC rappelle que la pollution de l'air a des effets délétères sur la santé, notamment celle des plus fragiles. Régulièrement qualifiée de premier sujet de préoccupation environnementale des Français dans les sondages, la qualité de l'air est un enjeu majeur de santé publique.*

#### Les effets de la pollution de l'air sur la santé

L'air que nous respirons à l'extérieur et à l'intérieur des bâtiments contient différents polluants qui, une fois dans notre corps, peuvent être nocifs pour la santé. La majorité des gaz atteint les alvéoles pulmonaires, les particules quant à elles pénètrent plus ou moins profondément selon leur taille.

Ces polluants agissent sur la santé à court ou à long terme : sensation d'inconfort due aux mauvaises odeurs, irritation des yeux, de la peau et des muqueuses, toux, conjonctivite, allergie, rhinite, gêne respiratoire, bronchite, asthme, maux de tête, fatigue, nausées, malaises, maladies respiratoires chroniques, mortalité cardio-vasculaire, malformation du fœtus, cancers...

Ces effets dépendent de la nature du polluant (gaz, particules...), de la taille des particules, de nos caractéristiques (âge, sexe...), mode de vie (tabagisme...) et état de santé mais aussi de la durée d'exposition et de la dose inhalée.



© Pixabay

#### La pollution de l'air impliquée dans de (trop) nombreux décès

Troisième cause de mortalité après le tabac (78 000 décès) et l'alcool (49 000 décès), 48 000 décès prématurés seraient attribués à la pollution de l'air chaque année en France, soit 9% des décès (d'après l'Etude quantitative de l'impact sanitaire de la pollution atmosphérique par Santé Publique France, juin 2016).

#### CONTACT

Elise DARLAY

Tél. : 03 81 31 28 62

medias@atmo-bfc.org

Atmo Bourgogne-Franche-Comté

37 rue Battant 25000 BESANÇON

Tél. : 03 81 25 06 60

[www.atmo-bfc.org](http://www.atmo-bfc.org)



Rendez-vous sur le site [www.atmo-bfc.org](http://www.atmo-bfc.org) pour s'informer sur la qualité de l'air en région.



## Des populations particulièrement fragiles

Certaines personnes sont plus vulnérables ou plus sensibles que d'autres à la pollution de l'air, du fait de leur capital santé ou de leur âge. Par rapport à la population générale, ces personnes vont présenter plus rapidement ou plus fortement des symptômes suite à une exposition à cette pollution, que ce soit à court terme ou à long terme.

Certaines populations sont susceptibles de ressentir plus rapidement les effets de la pollution de l'air :

- Femmes enceintes
- Nourrissons et jeunes enfants
- Personnes de plus de 65 ans
- Personnes souffrant de pathologies cardio-vasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires
- Asthmatiques
- Personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution (fumeurs, sportifs, allergiques...)



© Freepik

## Des gestes simples pour limiter la pollution de notre air

### Agir sur nos déplacements

- Limiter l'utilisation de nos véhicules
- Effectuer les petits trajets à pieds ou à vélo
- Favoriser les transports en commun

### Agir sur notre mode de vie

- Trier nos déchets
- Composter nos déchets organiques
- Valoriser nos déchets verts plutôt que de les brûler (la réglementation interdit le brûlage)

### Agir sur notre demande énergétique

- Utiliser des appareils électriques classe A
- Installer des ampoules basse consommation
- Isoler nos logements

### Agir sur nos installations de chauffage

- Installer un poêle labellisé « Flamme verte »
- Brûler du bois de bonne qualité : bûches, plaquettes et granulés certifiés
- Entretenir nos installations

### ...Agir aussi à l'intérieur de nos lieux de vie

- Aérer au quotidien, pendant au moins 10 min
- Assurer une ventilation permanente
- Sortir du logement pour fumer
- Limiter voire éviter les parfums d'intérieur, sprays, bougies parfumées, encens...
- Aérer pendant et après le ménage ou les travaux de bricolage

## CONTACT

Elise DARLAY

Tél. : 03 81 31 28 62

medias@atmo-bfc.org

Atmo Bourgogne-Franche-Comté

37 rue Battant 25000 BESANÇON

Tél. : 03 81 25 06 60

[www.atmo-bfc.org](http://www.atmo-bfc.org)