

## PICS DE POLLUTION par les poussières fines

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

Les poussières fines (PM10 – PM2,5) comme la plupart des autres polluants atmosphériques sont surtout émis par les industries et les transports routiers, 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 gère les alertes de pics de pollution en collaboration avec la Cellule interrégionale de l'Environnement (CELINE). L'information est relayée par la presse écrite, la radio, la télévision et l'Internet.

### ■ TROIS SEUILS D'ALERTE

- **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



Infographie : J.G. Derimine - SpW / Département de la Communication, Direction de la Communication externe

### Pour contribuer à réduire la pollution en cas de pic :

- Réduire ses déplacements motorisés au strict minimum
  - Utiliser les transports en commun
- Respecter les consignes de limitation de vitesse

### Pour en savoir plus :

#### ● Le Plan d'actions :

<http://airclimat.wallonie.be>

Accès aux informations et mesures de la qualité de l'air et possibilité de s'inscrire à un réseau SMS de communication des seuils d'alerte

#### ● La qualité de l'air :

AGENCE WALLONNE DE L'AIR ET DU CLIMAT  
<http://airclimat.wallonie.be>

CELLULE INTERRÉGIONALE DE L'ENVIRONNEMENT  
<http://www.irceline.be>

#### ● La Santé :

DIRECTION GÉNÉRALE OPÉRATIONNELLE  
DES POUVOIRS LOCAUX, DE L'ACTION SOCIALE  
ET DE LA SANTÉ  
Direction de la Santé environnementale (SPW)  
Tél.: 081 32 72 45

DIRECTION GÉNÉRALE DE LA SANTÉ  
DE LA COMMUNAUTÉ FRANÇAISE  
[surveillance.sante@cfwb.be](mailto:surveillance.sante@cfwb.be)

En période d'alerte : Contacter le call center  
de la Croix rouge en composant le **105**



RÉGION WALLONNE



COMMUNAUTÉ  
FRANÇAISE  
DE BELGIQUE

# PICS DE POLLUTION



Quels dangers pour ma santé ?

Que faire pour me protéger ?

Plan d'actions  
en cas de pics de pollution par  
les poussières fines

Une initiative de la Région wallonne  
avec le soutien de la Communauté française



## 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.

## 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 d'entre nous sont 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 ?

### Dès le seuil d'alerte 1 :

Les mesures suivantes sont vivement recommandées **aux personnes sensibles** mentionnées ci-dessus (avec l'aide et le soutien de la famille et des personnes qui les soignent) :

- rester à l'intérieur ; ne pas aérer si on vit à côté d'un axe routier important ou à proximité d'une industrie ; ne pas promener les jeunes enfants ou les laisser jouer à l'extérieur ;
- ne pas fumer ; ne pas fréquenter les endroits où l'on fume ;
- éviter tout exercice physique important ou soutenu ;
- 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 (difficultés à respirer, sifflements, palpitations...).

### A partir du seuil d'alerte 2 :

Les mesures suivantes sont recommandées à l'ensemble de la population :

- éviter toute pratique sportive intensive ;
- ne pas aérer la maison si on vit à côté d'un axe routier important ou à proximité d'une industrie ;
- **consulter son médecin** dès l'apparition de symptômes respiratoires ou cardiaques.

