



Communiqué de presse



Bordeaux, le 06 mars 2019

Pollution de l'air extérieur, quels effets sur la santé ?

La pollution de l'air extérieur entraîne des effets néfastes pour la santé. Les particules fines notamment sont à l'origine d'un grand nombre de décès anticipés : environ 48 000 décès prématurés chaque année en France (9% de la mortalité), dont 3 500 en Nouvelle-Aquitaine. De plus, l'exposition à des sources de pollution sur le long terme, même à des faibles concentrations, entraîne des effets importants sur la santé. Elle peut notamment conduire au développement de maladies chroniques graves. Que savons-nous sur les particules fines ? Comment se prémunir des effets de la pollution ? Retrouvez chiffres clés, explications et recommandations dans ce communiqué.

Quelles conséquences de la pollution atmosphérique sur notre santé?

La pollution atmosphérique entraîne des pathologies chroniques

Les polluants de l'air sont responsables de diverses pathologies chroniques (cancers, pathologies cardiovasculaires et respiratoires, troubles neurologiques, troubles du développement etc.). Elles se développent après plusieurs années d'exposition aux particules, même à de faibles niveaux de concentration.

D'autres effets sont de plus en plus mis en évidence :

- Effets possibles sur la reproduction, risque de naissance prématurée, faible poids de naissance, atteintes au développement neurologique de l'enfant, maladies respiratoires chez l'enfant telles que l'asthme et l'athérosclérose.
- Contribution à la démence chez les personnes âgées ;
- Effets sur des pathologies chroniques telles que le diabète etc.

La France compte 3,5 millions de personnes souffrant d'asthme ; les particules fines sont un facteur majorant du nombre et de l'intensité des crises d'asthme et d'allergies.

Les milieux ruraux sont également impactés

La pollution atmosphérique peut entraîner une **perte d'espérance de vie pouvant dépasser 2 ans dans les villes les plus exposées**. Dans les **zones rurales, ce sont en moyenne 9 mois d'espérance de vie** qui sont estimés perdus (*source : Santé Publique France, Juin 2016*).

Le saviez-vous ?

1. **Les effets sur la santé de la pollution « de fond », dite chronique, sont nettement plus importants. La part des effets sanitaires attribuable aux pics de pollution est faible.**

« 85% à 99% des décès et hospitalisations pour causes cardiaques associés à la pollution de l'air sont attribuables à un niveau de particules (PM10) ne dépassant pas le seuil d'alerte » (source : ANSP)

2. **Les coûts de la pollution de l'air (extérieur et intérieur) sont estimés à 100 milliards € /an en France, avec une large part liée aux coûts de santé.**

Les particules fines, quels risques ?

Les particules fines (PM 2.5¹) représentent l'un des principaux risques liés à la pollution de l'air. Elles sont générées par des activités humaines, notamment les installations de chauffage, l'agriculture, certaines activités industrielles et les transports routiers.

Leur toxicité provient à la fois de leur composition, mais également de leur taille. Plus les particules sont fines, plus elles peuvent pénétrer profondément dans les poumons et passer dans la circulation sanguine vers d'autres organes, provoquant ainsi des effets pathogènes (problèmes cardiovasculaires, respiratoires, etc.).

En France, en hiver, les deux principales sources émettrices de particules fines sont :

- La **combustion de bois de chauffage (49% de l'émission globale des particules fines** dans l'air extérieur). Selon l'OMS, les particules provenant de la combustion de bois sont associées à une exacerbation de pathologies respiratoires, en particulier l'asthme et la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO), de bronchite et d'otite moyenne.
- Le **transport routier (16% des émissions moyennes de particules fines** ; cette proportion peut être plus importante à proximité des grands axes routiers). La pollution provient non seulement des émissions au niveau de l'échappement des véhicules, mais aussi d'autres sources telles que l'usure des pneus et des freins, les technologies de climatisation du véhicule, l'usure des voies routières et l'entretien de leurs abords (usage de produits phytosanitaires notamment). **Ces rejets polluants se produisent généralement à proximité de zones habitées et au niveau du sol, ce qui entraîne un fort potentiel d'exposition de la population aux émissions polluantes du trafic routier.**

L'exposition aux particules fines entraîne différents effets sanitaires :

- apparition ou exacerbation de l'asthme chez l'enfant
« Habiter à proximité de grands axes de circulation serait responsable d'environ 15 à 30 % des nouveaux cas d'asthme de l'enfant selon une étude portant sur 10 villes européennes et une étude menée sur l'agglomération parisienne². » ;
- Survenue de symptômes respiratoires non asthmatiques ;
- Troubles de la fonction pulmonaire ;
- Pathologies cardiovasculaires (infarctus aigu du myocarde...) ;
- Baisse de l'espérance de vie ;
- Effets sur les voies respiratoires : irritations, essoufflements, obstructions bronchiques, crises d'asthme, bronchites.

Le saviez-vous ?

1. **Le chauffage au bois peut être le principal contributeur des émissions de particules fines en hiver. Le label *Flamme Verte* promeut la mise sur le marché d'appareils de chauffage au bois domestique performants, tant du point de vue énergétique qu'environnemental.**
2. **Les automobilistes sont plus exposés à la pollution de l'air à l'intérieur de leur véhicule que les piétons et cyclistes.** En effet, l'habitacle ne protège pas de la pollution de l'air présente à l'extérieur; et le faible volume d'air dans l'habitacle entraîne une concentration des polluants.

¹ PM 2.5 : terme désignant les particules dont le diamètre est inférieur à 2.5 micromètres

² Sources : <http://pubs.healthfacts.org/view.php?id=334>, <http://www.aphekom.org> et <http://www.ors-idf.org/index.php/environnement-et-sante/648>

Recommandations et précautions à prendre pour limiter l'impact de la pollution de l'air sur la santé

- Pensez à aérer votre logement au moins 10 minutes par jour, hiver comme été.
- Il est également recommandé d'aérer régulièrement son véhicule pour réduire la concentration des polluants à l'intérieur. Il est préférable d'éviter d'aérer son véhicule à proximité d'autres sources de pollution, par exemple en zone de trafic dense ou dans les tunnels, et pendant les moments de la journée où le niveau de pollution est le plus élevé.
- Évitez d'aggraver les effets de cette pollution en ajoutant des facteurs irritants :
 - Ne pas utiliser de produits chimiques (d'entretien, de bricolage, cosmétiques, de bougies et d'encens) ;
 - Ne pas utiliser de solvants à l'intérieur ;
 - Ne pas utiliser de cheminées à « foyers ouverts » ;
 - Ne pas utiliser d'appareils de chauffage au bois mal entretenus ;
 - Ne fumez pas à l'intérieur, même les fenêtres ouvertes.

Voir notamment :

- Le guide santé-environnement « Des solutions pour un quotidien plus sain » : <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/guide-sante-environnement-des-solutions-pour-un-quotidien-plus-sain>

Des actions concrètes pour réduire la pollution de l'air

Réduire les émissions de particules fines reste le principal levier pour améliorer la qualité de l'air. Plusieurs études ont confirmé que lorsque la qualité de l'air s'améliore, des bénéfices sanitaires sont observés, bien qu'ils ne soient pas forcément immédiats.

Agir pour réduire la pollution de l'air :

- Encourager un urbanisme favorable à la santé ;
- Promouvoir des transports plus respectueux de la santé et de l'environnement : marche, vélo... ;
- Connaître les bons gestes en matière de chauffage au bois ;
- Ne pas pratiquer le brûlage à l'air libre des déchets verts.

Voir notamment :

- la page « Agir pour améliorer la qualité de l'air » du dossier « Qualité de l'air extérieur » du site internet du ministère chargé de la santé : <https://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/qualite-de-l-air-exterieur-10984/article/agir-pour-ameliorer-la-qualite-de-l-air> ;
- La page « Les bons gestes à adopter lorsque l'on se chauffe au bois » du site internet d'ATMO Nouvelle Aquitaine <https://www.atmo-nouvelleaquitaine.org/article/les-bons-gestes-adopter-lorsque-lon-se-chauffe-au-bois>
- Sur notre site internet, la page « le brûlage à l'air libre des déchets verts, c'est interdit toute l'année » : <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/brulage-dechets-verts>

La mise en œuvre d'actions d'amélioration de la qualité de l'air peut également induire des co-bénéfices sanitaires et sociaux liés :

- à l'augmentation de la pratique d'activité physique en optant pour des mobilités « douces » (marche, vélo),
- à la réduction de l'exposition au bruit liée à des diminutions de trafic routier,
- à la réduction des émissions de gaz à effets de serre et à l'atténuation du changement climatique.

Nous ne sommes pas tous égaux face à la pollution de l'air

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.

Les personnes vulnérables :

- Nourrissons et jeunes enfants dont l'appareil respiratoire est encore en cours de développement, ce qui le rend plus fragile vis-à-vis des polluants de l'air que celui d'une personne dont l'appareil respiratoire est mature ;
- Femmes enceintes ;
- Personnes âgées de plus de 65 ans ;
- Personnes souffrant de pathologies cardio-vasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques.

Les personnes sensibles :

- Personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution ;
- Personnes dont les symptômes apparaissent ou sont amplifiés lors des pics (par exemple: personnes diabétiques, personnes immunodéprimées, personnes souffrant d'affections neurologiques ou à risque cardiaque, respiratoire, infectieux).

Par rapport à la population générale, les personnes vulnérables ou sensibles à la pollution de l'air 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.

En cas de pic de pollution, des recommandations particulières doivent s'appliquer.

Retrouvez plus d'informations et toutes les recommandations en cas de pic de pollution :

- Sur notre site internet : <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/qualite-de-lair-un-enjeu-pour-notre-sante>
- Sur le site internet du Ministère des solidarités et de la santé : <https://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/qualite-de-l-air-exterieur-10984/>
- Sur le site internet du Ministère de la Transition écologique et solidaire : <https://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/politiques/air-exterieur>
- Sur le site internet d'ATMO Nouvelle Aquitaine : <https://www.atmo-nouvelleaquitaine.org/pollutions>

Contact presse :

Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine
Département communication
Marie-Claude SAVOYE
Tél : 05 47 47 31 45

ars-na-communication@ars.sante.fr