

SANTE : COMMENT LUTTER CONTRE LA POLLUTION INTÉRIEURE ?

Quand il fait froid, on a envie de rester bien au chaud chez soi. Au chaud mais pas à abri de la pollution.

Car de nombreux ennemis invisibles vivent dans nos maisons.

Comment faire pour les éviter, assainir sa maison ?

Quelques conseils...

[RETOUR SUR LES BONNES PRATIQUES EN MATIÈRE ASSAINISSEMENT DE SON INTÉRIEUR GRÂCE À LA CHRONIQUE D'ANNE BERGER DANS LA MATINALE DU 5 DÉCEMBRE 2016.](#)

Par Muriel Bessard Publié le 05/12/2016 à 20:18

Halte aux moisissures

Nous espérons que cet article paru dans [le parisien_17_fevrier_2011](#), vous incitera à solliciter l'intervention de la [Conseillère Médicale en Environnement Intérieur](#) qui pourra vous apporter une aide décisive dans ce domaine. N'hésitez pas à en parler à votre médecin. Vous trouverez également ce lien vers un article du Moniteur sur l'air intérieur : [l'émergence de l'efficacité énergétique accroît le risque sanitaire](#).

L'utilisation de répulsifs anti-moustiques peut-il aggraver un asthme ?

Une étude rapportée par le BEH (bulletin épidémiologique hebdomadaire) recensant les cas d'expositions accidentelles aux répulsifs anti-moustiques n'a pas rapporté de cas de crise [d'asthme grave](#). Il s'agissait d'une crise d'asthme modérée après utilisation de répulsifs à base de DEET , EHD , IR3535, KBR souvent associés à des terpènes. Un asthme bien équilibré ne risque pas déclencher une crise lors de l'utilisation de répulsifs anti-moustiques.

Source : Philippe Saviuc (psaviuc@chu-grenoble.fr)¹, Robert Garnier², Amandine Cochet³, pour le Comité de coordination de toxicovigilance. Expositions par répulsifs antimoustiques enregistrées par les Centres antipoison et de toxicovigilance, France, 2000-2006. BEH 10 juin 2008 /n° 23-24

Les catégories de polluants gazeux intérieurs à risques

L'Observatoire de la qualité de l'air intérieur (OQAI) (3) identifie quatre catégories de polluants gazeux à risques :

- Composés organiques volatils : l'exposition découle de l'émission par des matériaux de construction, de décoration, des produits d'entretien, des désodorisants et parfums d'ambiance, des meubles, ainsi que [le tabac](#).
- Particules présentes dans les fibres minérales artificielles (particules fines de moins de 10 microns ou PM 10).
- Microbiologiques (allergènes d'animaux, bactéries, champignons, moisissures.) Humidité.

Il considère 7 substances « hautement prioritaires » : formaldéhyde, benzène, acétaldéhyde, particules, radon, ester de phtalate (DeHP) et dichlorvos.

D'ores et déjà, les études démontrent un risque avéré d'exposition :

- Au formaldéhyde, classé cancérogène pour les muqueuses nasales et respiratoires par le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC), correspondant de l'OMS. C'est également un irritant et un allergène. Il est utilisé dans les moquettes, isolants, papiers peints,

bois agglomérés, tissus neufs et meubles en matières synthétiques, certaines peintures, cires, vernis et produits d'entretien.

- Aux COV : le benzène aux effets cancérogènes, les terpènes, irritants et allergènes.
- Aux éthers de glycols des séries E et P, également présents dans de nombreux produits de consommation courante (cosmétiques, produits d'entretien, peintures) sont en cause au titre de leur toxicité sur la fertilité tant féminine que masculine, malformations fœtales, toxicité sanguine et rénale.

Source: Qualité de l'air intérieur. L'UFC-Que Choisir exige des pouvoirs publics des mesures protectrices des consommateurs

Le danger des désodorisants d'intérieur

La très connue et sérieuse revue **Que Choisir** attire l'attention sur l'utilisation nocive de désodorisants d'intérieur qui peuvent engendrer une gêne respiratoire ou des crises d'asthme.

Sur 39 produits testés et dans les quels des substances allergisantes ou cancérigènes ont été recherchés seuls 9 sont acceptables. Tous les autres dégradent trop fortement l'atmosphère du domicile pour être utilisés. Les encens sont à bannir car ils produisent du benzène et du formaldéhyde tous deux cancérigènes.

Certains bâtons d'encens émettent par exemple 221 µg/m³

(microgrammes par mètre cube d'air) de benzène (soit 110 fois plus que le seuil recommandé par un arrêté de 2002), 1251 µg/m³ de phtalates et 69 µg/m³ de formaldéhyde (pour un seuil recommandé par l'OMS de 10 µg/m³) ! Attention aussi à certains vaporisateurs (senteur muguet), ils chargent l'air de 4 655 µg/m³ de **COV** (Composés Organiques Volatiles) parmi lesquels des allergènes et des perturbateurs endocriniens alors qu'au delà de 200 µg/m³, l'air ambiant n'est plus considéré comme sain par l'EPA (l'Agence de Protection de l'environnement américaine).

Pour les chambres d'enfants, il semble préférable de ne pas se servir d'aérosols, d'huiles essentielles ou d'encens. Les diffuseurs prêts à poser seraient les produits les moins polluants.

Source : Que choisir
Mise à jour de la page 202/10/2010
