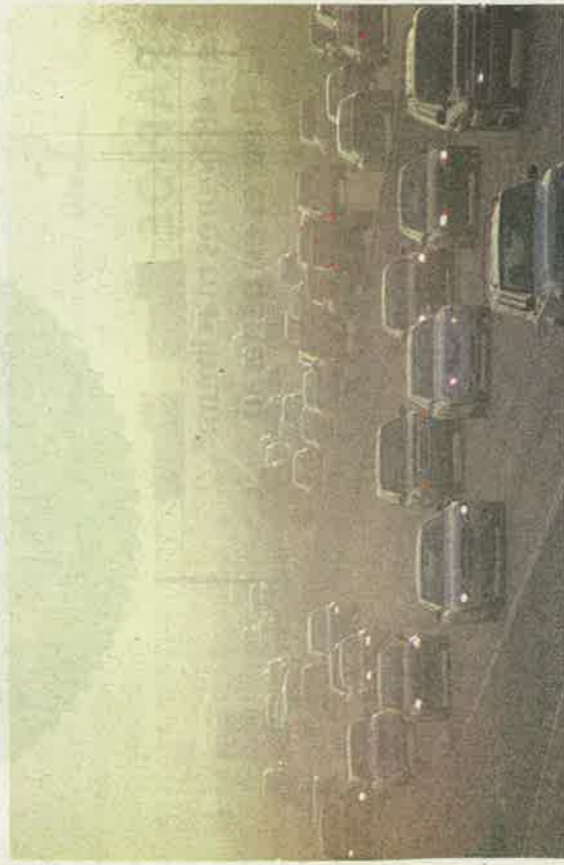


Qualité de l'air: quel impact sur la santé de nos poumons?

C'est un fait incontestable et alarmant: depuis des années, nos poumons sont de plus en plus en danger. N'essayez pas de chercher la racine du mal ou de lui trouver un visage car ces fléaux qui polluent notre air sont invisibles et indétectables à l'oeil nu. Radon, hydrocarbures, particules fines, polychlorobiphényles, tabac, benzène, formaldéhyde, pollens, moisissure, acariens, dioxyde de carbone, leurs impacts sur notre santé ont de quoi littéralement nous couper le souffle.

de Eugène Loisel



A lors, pour économiser un peu d'air et donc préserver quelques secondes notre santé, nous allons faire une petite descente en apnée dans les profondeurs des chiffres de l'Organisation mondiale de la santé afin de saisir les réalités de cette pollution de l'air.

- Environ 3 milliards de personnes font la cuisine et chauffent leur logement à l'aide de foyers ouverts ou de simples poêles dans lesquels ils brûlent de la biomasse (bois, déjections animales, résidus agricoles) et du charbon.
- Plus de 4 millions de personnes meurent prématurément de maladies imputables à la pollution de l'air domestique due à cette cuisine à base de combustibles solides.
- Plus de la moitié des décès par pneumonie chez l'enfant de moins de 5 ans sont dus à l'inhalation de matières provenant de la pollution de l'air intérieur.
- On recense 3,8 millions de décès prématurés par maladies non transmissibles, comprenant des accidents vasculaires cérébraux, des cardiopathies ischémiques, des broncho-pneumopathies chroniques obstructives (BPCO) et des cancers du poumon, liés à l'exposition à des polluants de l'air à l'intérieur des habitations.

D'où viennent les polluants?

Des gestes de la vie quotidienne peuvent donc largement influencer la qualité de l'air ambiant. Vous pensez aussi tout de suite aux ennemis venus de dehors: aux voitures, à la pollution industrielle, aux particules fines et vous avez raison! Là, vous vous rassurez en vous disant qu'une fois chez vous, chauffez dans votre intérieur, vous serez protégés. Si seulement c'était aussi simple... Car l'air extérieur qui entoure les bâtiments amène l'est vrai dans les locaux des polluants provenant du trafic, du chauffage, de l'activité industrielle et artisanale. Vous ne pouvez rien y faire, car il est impossible de vivre dans un habitat totalement hermétique. Mais s'ajoutent à ces des émissions polluantes à l'intérieur même des bâtiments. Car l'ennemi vient aussi de l'intérieur. Ces polluants pro-

viennent des matériaux de construction de l'amiante notamment, des particules d'aménagement et même comme nous l'avons vu plus haut des habitants eux-mêmes et de leurs activités au sein de leur domicile. Tout cela y est pour beaucoup dans la qualité de l'air que nous respirons. De plus, le radon, un gaz rare et radioactif, peut pénétrer dans nos habitations en s'infiltrant par les sous-sols. Ce gaz qui fait 200 à 300 victimes chaque année en Suisse reste la cause principale du cancer des poumons après le tabagisme. Un problème de plus en plus récurrent que les nouvelles constructions et les nouvelles exigences en termes d'aération des logements tentent de régler. Certains polluants sont aussi dus au métabolisme humain ou sont produits par des substances chimiques lorsque nous nous douchons, cuisinons, faisons le ménage ou bricolons. Il y a aussi les moisissures, fréquentes dans les locaux d'habitation, les phthalates utilisés comme plastifiants et présents dans de nombreux produits du quotidien. La principale source de pollution intérieure reste toutefois le tabagisme, avec des molécules nocives qui restent pendant plus de 18 heures dans l'air. A cause de toutes ces sources supplémentaires de polluants intérieurs qui viennent s'ajouter à la pollution atmosphérique, il faut se rendre à l'évidence que la qualité de l'air intérieur est bien souvent plus mauvaise que celle de l'air extérieur.

De lourds impacts sur la santé

Focus: BPCO

En Suisse, près de 400 000 personnes souffrent de broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO). Cette maladie chronique inflammatoire engendre des toux, des expectorations matinales, des essoufflements, voire parfois des infections broncho-pulmonaires. La cause d'une BPCO est presque toujours l'inhalation de substances nocives sur une longue période. Outre les fumeurs qui représentent 90 % des cas, les peintres, les menuisiers ou les paysans peuvent aussi être atteints ainsi que toutes personnes ou corps de métier exposés sans protection à des poussières irritantes ou à des substances nocives.

Focus: Cancer du poumon

Chaque année en Suisse, près de 3000 personnes meurent du cancer du poumon. Le tabagisme actif et passif est res-

ponsable à 80% des cas. Les 20% restants sont dus à l'exposition à des particules cancérogènes présentes dans l'air, comme celles provenant de l'amiante, de l'arsenic, du radon ou des polluants de l'air (monoxyde de carbone, ozone, etc.) Ce cancer est particulièrement grave, car il peut facilement se propager dans le reste du corps. En effet, tout le sang passe par les poumons pour être oxygéné et les poumons sont en contact étroit avec plusieurs vaisseaux sanguins.

Les effets provoqués par les polluants peuvent se traduire par de simples incommodités et maux mais aussi par des maladies beaucoup plus sérieuses. Les polluants auxquels nous sommes exposés dans les espaces intérieurs affectent tout particulièrement la santé. Ils provoquent des affections respiratoires, des maladies respiratoires et cardiovasculaires chroniques. Comme l'indique l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), chaque année, la pollution de l'air provoque environ 3700 décès prématurés en Suisse. Dans les ménages fumeurs, le tabagisme est le plus gros risque pour la santé. On estime à plusieurs centaines le nombre annuel de décès prématurés provoqués par le tabagisme passif. L'humidité et les moisissures sont une autre source de problème. Elles affectent un logement sur quatre, non sans conséquences pour la santé. Des études démontrent que les personnes qui habitent dans des loge-

ments «humides» courent deux fois plus de risques de souffrir d'affections respiratoires comme la toux, des sifflements, de l'asthme et se plaignent plus souvent d'irritations des muqueuses et de maux de tête. Enfin, moins graves mais tout aussi gênantes, les allergies puisent parfois leur source dans la mauvaise qualité de l'air. Près de 10% de la population suisse est atteinte par une allergie liée à l'air ambiant. On peut citer, par exemple, des allergies aux acariens, aux poils de chats ou aux moisissures ainsi que la légionellose. On aurait donc tendance après ce constat à vouloir s'envelopper d'une combinaison hermétique, à obturer portes et fenêtres et à ne plus sortir sans un masque à gaz ou de grosses bouffées d'oxygène. Reprenez votre souffle et rassurez-vous: quelques conseils peuvent aider à préserver vos poumons.

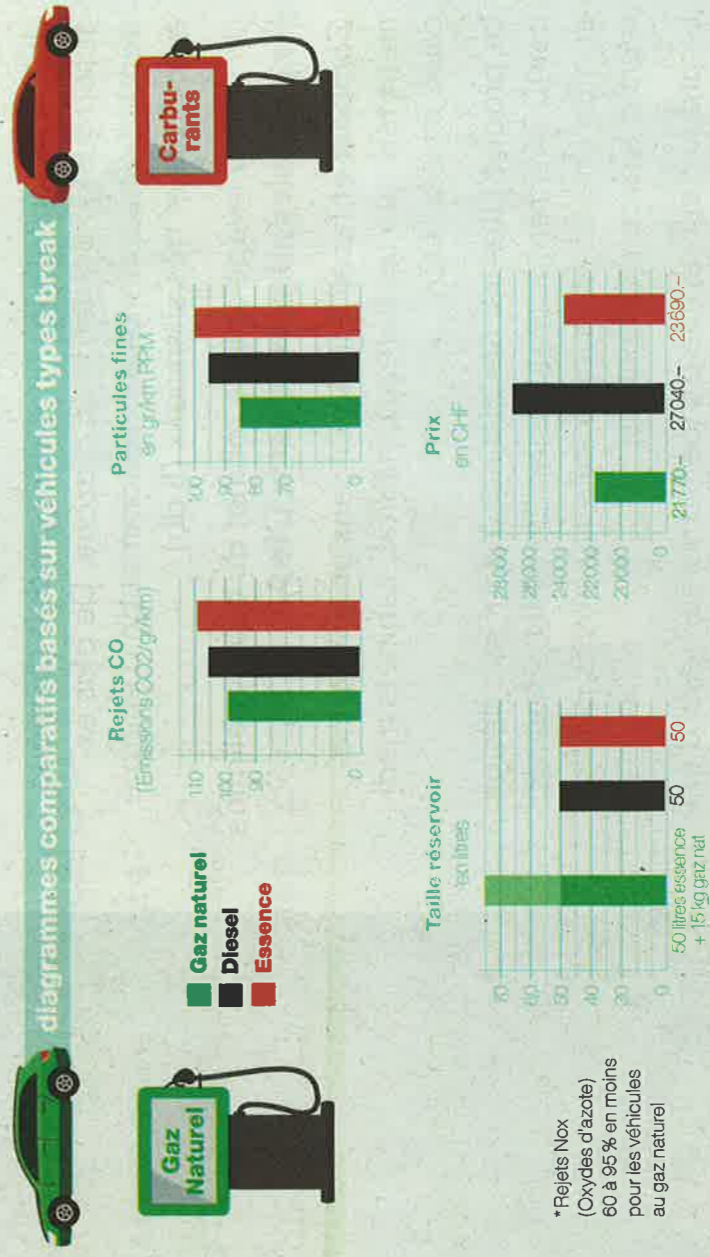
Un peu de prévention dans l'habitat
Grâce à quelques habitudes et à de petits gestes simples, on peut largement favoriser la qualité de l'air ambiant au sein même de notre domicile. La principale mesure consiste à s'attaquer aux sources des polluants en limitant leur présence dans votre environnement à commencer par les émissions des produits de construction et des matériaux d'aménagement. Prenez garde aux produits d'entretien, aux aérosols, aux insecticides, bougies, encens et tout ce qui peut dégager des molécules nocives dans l'air. Il faut aussi être très attentif

à l'aération de votre domicile; moins on aère et plus l'humidité et les polluants intérieurs stagnent dans les pièces. Ouvrir la fenêtre de la salle de bains après une douche, celle de la cuisine après avoir préparé le repas et aérer l'ensemble du logement pour renouveler l'air environ 15 minutes deux fois par jour si possible sont des habitudes qui peuvent rendre les bouffées d'air que vous respirez beaucoup plus saines et agréables. Un geste d'autant plus important qu'aujourd'hui les nouveaux bâtiments sont de plus en plus étanches pour garantir les économies d'énergie.

Comment prévenir à l'extérieur?

Une fois de plus des gestes simples. Lors des pics de pollution de nouvelles habitudes devraient se transformer en automatismes. Laissez votre voiture au garage. Devenez sportif et pensez au vélo. Vous sentirez vous-même la différence après quelques trajets à vélo, de la gêne occasionnée par les gaz d'échappement. Vous n'avez pas l'âme d'un cycliste? Co-voyagez! De cette manière vous réduirez malgré tout la surcharge de trafic, la pollution. Des solutions existent aussi pour les personnes n'ayant d'autres choix que de se déplacer en voiture: les autos au gaz naturel. Gardez toujours à l'esprit que la qualité de l'air que nous respirons est l'affaire de tous et que des millions de petits efforts et de gestes responsables combinés pourront à terme nous faire souffrir et donc respirer en toute tranquillité. ■

Gaz Naturel VS autres Carburants



Taxes cantonales sur les véhicules à moteurs

GE Les voitures de tourisme: émissions de CO₂ ≤ 50 g/km quel que soit le carburant, les voitures de livraison à moteurs à essence ou à gaz dont les émissions de CO₂ sont inférieures ou égales à 150 g/km sont exonérées à 100% de taxe automobile durant l'année de leur première immatriculation et les deux années suivantes.

VD Dès le 1er janvier 2014 la taxe est réduite de 75% si les véhicules:

1. émettent moins de 120g de CO₂ au km;
2. fonctionnent au gaz ou à un carburant naturel (colza, bioéthanol, etc.) et sont spécifiquement équipés pour l'usage de ce genre de carburant.