

La pollution atmosphérique aggrave-t-elle les risques d'impact sanitaire lors d'un épisode de vague de fortes chaleurs?

- OUI – l'élévation des niveaux de certains polluants (ozone, particules), comme notamment lors des « pics » de pollution atmosphérique (dépassement des seuils d'information ou d'alerte) est susceptible d'entraîner, particulièrement chez les personnes sensibles, des manifestations pathologiques : conjonctivite, rhinite, toux, gêne respiratoire, essoufflements, voire malaises, réversibles en quelques heures. Chez les sujets asthmatiques, notamment les enfants, augmentation de la fréquence des crises d'asthme.

Les populations sensibles à la pollution en cas de fortes chaleurs

- Les enfants.
- Les personnes âgées.
- Les personnes ayant une pathologie respiratoire chronique telle que l'asthme (la pollution de l'air abaisse le seuil de déclenchement des crises chez les asthmatiques) ou cardio-vasculaire chronique.
- Les personnes exposées par ailleurs à d'autres sources de polluants inhalés.

En cas d'élévation des niveaux de pollution atmosphérique, que faut-il faire si l'on est « à risque » ?

- L'activité physique intense entraîne une augmentation de l'exposition aux polluants de l'air (du fait notamment de l'accélération du rythme respiratoire) :
 - Privilégiez les activités calmes,
 - Évitez les activités sportives intenses pendant les heures les plus chaudes, entre 11h00 et 21h00 (s'abstenir notamment de concourir aux compétitions sportives)
- Évitez les activités conduisant à manipuler des solvants, notamment de la peinture, afin de ne pas ajouter de source d'exposition supplémentaire aux polluants atmosphériques.
- Pour les personnes atteintes de pathologies respiratoires ou cardio-vasculaires chroniques, respectez scrupuleusement les traitements médicaux en cours ou adaptez-les uniquement sur avis médical et consultez votre médecin en cas de problème.