

La qualité de l'air et la santé pulmonaire – Les risques

Quels sont les risques liés à la pollution de l'air ?

L'exposition à la pollution atmosphérique **réduit de presque un an** l'espérance de vie moyenne en Europe

Source : OMS

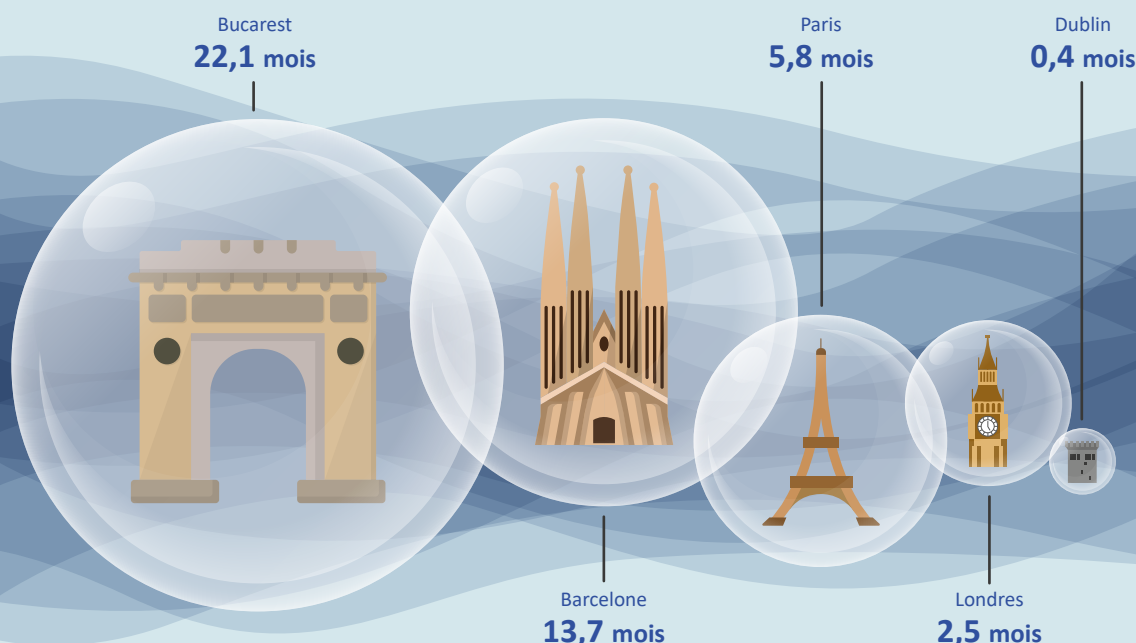


La pollution de l'air provoque près de **500 000** décès prématurés en Europe chaque année

Source : Agence européenne pour l'environnement

Est-il important de respirer un air propre ?

Durée de vie supplémentaire par personne si la pollution atmosphérique dans les villes européennes était conforme aux directives de santé publique*



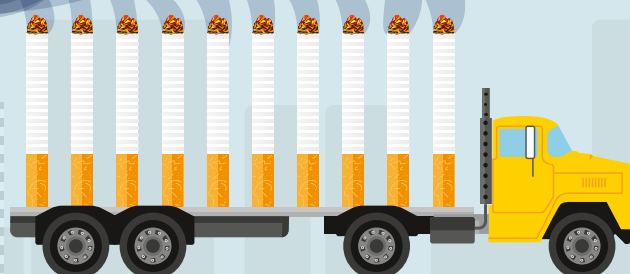
Si la pollution de l'air dans les villes européennes était abaissée aux niveaux préconisés par les directives de l'Organisation mondiale de la santé concernant la pollution de l'air*, l'espérance de vie de la population serait prolongée, **de près de 2 ans dans certains cas**

* Niveaux de particules fines (PM 2,5) de 10 µg/m³, espérance de vie supplémentaire par personne âgée de 30 ans et plus. Sources : Aphekom 2011, Agence européenne pour l'environnement

La pollution de l'air est-elle aussi dangereuse que le tabagisme ?

La pollution de l'air peut être aussi dangereuse que le tabagisme passif

Vivre à côté d'une route très fréquentée comporte le même niveau de risque que l'exposition passive à **10 cigarettes par jour**



Mais le tabagisme actif est bien plus dangereux

Facteur de risque	Pollution atmosphérique	Tabagisme
Espérance de vie perdue	Presque 1 an par citoyen européen moyen	10 ans par fumeur actif

Quels sont les effets de la pollution atmosphérique sur les enfants ?



Nourrissons

L'exposition à la pollution de l'air pendant la grossesse entraîne des naissances prématurées et des nourrissons de faible poids à la naissance



Enfants

Les enfants vivant dans des zones polluées ont un risque plus grand de souffrir de toux, de sifflements respiratoires et d'asthme



Adolescents

Les enfants qui grandissent dans des zones polluées ont un risque plus grand de souffrir de faible capacité pulmonaire à l'adolescence

Sources : Gauderman et al 2004, Gehring 2013, Pedersen et al 2013, Shah et al 2011

Quel est l'impact de la mauvaise qualité de l'air sur les personnes souffrant de maladies pulmonaires ?

Les personnes souffrant de maladies pulmonaires telles que l'asthme ou la bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), les personnes âgées et les jeunes enfants sont les plus vulnérables à la pollution atmosphérique

Les pics de pollution de l'air peuvent :

Aggraver les symptômes tels que la toux, les sifflements respiratoires et l'essoufflement

Augmenter le nombre de visites à l'hôpital pour cause de maladie pulmonaire*

Augmenter le risque de décès de maladies pulmonaires

S'informer en ligne sur la qualité de l'air locale ou s'abonner à un service d'alerte à la pollution

Éviter les activités sportives en plein air lorsque les niveaux de pollution sont élevés

Consulter leur médecin si les symptômes persistent ou empirent

* Augmentation estimée de 1 % pour chaque accroissement du niveau de particules (PM 10) de 10 µg/m³. Sources : Atkinson et al 2001, Peacock et al 2011

Faut-il continuer à faire du sport en plein air si l'on s'inquiète de la qualité de l'air ?

OUI !



Comment réduire son exposition à la pollution de l'air :



Choisir des routes moins fréquentées



Faire du sport dans les espaces verts



Éviter de faire du sport pendant les heures de pointe et les pics de pollution

Pour la plupart des gens, les avantages procurés par l'activité physique l'emportent sur les risques liés à la pollution de l'air. Les personnes souffrant de maladies pulmonaires ou vivant dans des zones très polluées doivent quant à elles toujours prendre des mesures pour éviter les niveaux élevés de pollution et consulter un professionnel de santé.

Source : Hartog 2010



HEALTHY LUNGS FOR LIFE

ERS ELF

Plus d'informations sur : www.healthylungsforlife.org

Ce document a pour but d'aider les professionnels de santé à expliquer les risques liés à la mauvaise qualité de l'air à leurs patients. Il a été produit par la Commission sur l'environnement et la santé de l'European Respiratory Society (ERS) et l'European Lung Foundation (ELF) dans le cadre de la campagne « Healthy Lungs for Life ». Le présent document a été rédigé avec l'aide des professeurs Bert Brunekreef et Jonathan Grigg.