



OBJECTIF 8

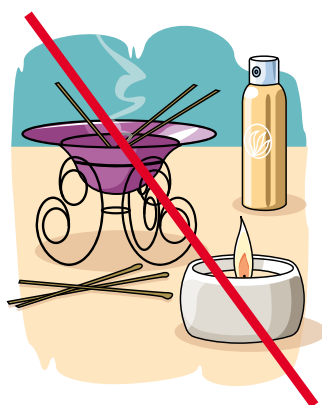


Les polluants de la maison peuvent aussi irriter les bronches et aggraver l'asthme

Un seul conseil : ta maison doit être aérée tous les jours



Les bouches d'aération doivent être propres et dégagées



les diffuseurs de parfum ou les bâtons d'encens sont irritants pour ton système respiratoire



Tes parents doivent ranger les produits d'entretien et vérifier qu'ils soient bien fermés



Tes parents doivent privilégier des peintures ecolabel non toxiques



Si tes parents viennent de peindre ta chambre, il faut bien aérer et ne pas y dormir avant quelques jours.

Et si tu veux en savoir plus, voici quelques informations à découvrir à la maison avec tes parents

Nous passons en moyenne 22 heures sur 24 en espace clos ou semi-clos que cela soit dans les logements, lieux de travail, écoles, espaces de loisirs, commerces, transports. L'air que l'on y respire peut contenir certains polluants sans que nous puissions toujours nous en rendre compte, et ceux-ci peuvent avoir des effets sur notre confort (odeur, irritation de la peau ou des yeux) et/ou notre santé (aggravation ou développement de pathologies respiratoires par exemple). Ces liens sont évidents pour certains polluants intérieurs comme le tabac (cf fiches spécifiques), les acariens, les moisissures ou poils d'animaux (cf fiches spécifiques), le monoxyde de carbone, et ne sont que partiellement connus pour d'autres (Composés organiques volatils).

LES COMPOSES ORGANIQUES VOLATILS

Les composés organiques volatils (COV) et notamment le Formaldéhyde sont des polluants qui, à température ambiante, sont à l'état liquide mais qui ont tendance à se transformer en gaz et à se vaporiser dans l'air de nos habitations : ils sont souvent plus nombreux et plus concentrés à l'intérieur qu'à l'extérieur compte tenu de la multiplicité des sources intérieures. Ils proviennent principalement de produits et de matériaux utilisés pour la construction, la décoration, le nettoyage et le bricolage : les peintures, vernis, décapants, solvants, résines, colles, panneaux dérivés du bois, isolants thermiques (polystyrène, polyuréthane), produits de nettoyage et cosmétiques à vaporiser, désinfectants, désodorisants, cristaux pour les mites, agents de conservation du bois, combustion du bois, du charbon et du tabac.

Les effets sur la santé sont souvent mal connus mais on leur attribue selon les composés des irritations de la peau, des muqueuses et du système pulmonaire, des nausées, maux de tête et vomissements.

Afin d'en réduire la quantité dans le logement, il est recommandé de :

- utiliser des produits contenant peu ou pas de solvants pour le nettoyage ou le bricolage comme la peinture à l'eau ou naturelle, dans des endroits bien aérés.
- choisir des matériaux qui ne dégagent pas de vapeurs toxiques : par exemple : le bois naturel au lieu de contre-plaqué ou d'agglomérés (si ces derniers sont utilisés, les enduire de peinture ou de vernis empêchant les émanations)
- utiliser des clous ou vis au lieu de colle
- aérer les vêtements qui reviennent du nettoyage à sec, éviter l'utilisation de pesticides
- assurer en tous temps une ventilation adéquate de la maison : ventiler beaucoup durant les deux premières années suivant la construction d'une habitation ou après les rénovations majeures pendant la période où les matériaux émettent le plus de COV
- s'assurer du fonctionnement adéquat et de l'entretien de tous les appareils de combustion et de cuisson
- éviter la vitrification de planchers et préférer les traitements aux huiles naturelles.