

*Réponse de l'ARS Languedoc après l'analyse du sang des personnes volontaires dans la zone polluée par les anciennes mines de zinc et de plomb de Saint-Félix-de-Pallières (Gard)*

19) Quels sont les bons réflexes à adopter pour limiter le risque d'intoxication ? Comment faire pour limiter l'exposition individuelle ? (règles habituelles d'hygiène)

### **Hygiène individuelle : efficacité de gestes simples**

- lavages fréquents des mains, avec du savon, surtout avant les repas ;
- veiller au bon lavage des mains des enfants ;
- ongles coupés courts, régulièrement brossés ;
- lavage fréquent des jouets utilisés en extérieur ;
- ne pas laisser les enfants jouer dans la terre ;
- lavage des vêtements de jardinage.

### **Cultures potagères et alimentation:**

- éviter ou limiter en quantité la consommation de fruits et légumes cultivés sur sols potentiellement concentrés en métaux ; le cas échéant, les laver soigneusement ;
- en cas de jardin potager, arroser les cultures à visée alimentaire avec une eau potable (eau du robinet ou autre ressource contrôlée) ;
- alternative : culture hors sol (en pots) ou recouvrement de terre végétale non chargée en métaux (donc contrôlée) sur environ 30-50 cm d'épaisseur (selon les types de cultures souhaitées) ;
- diversifier l'origine géographique et les lieux d'achats des produits alimentaires ;
- se laver les mains avant les repas ou la préparation des aliments ;
- veiller à avoir une alimentation diversifiée.

### **Consignes pour l'entretien du logement**

- nettoyage humide du sol des habitations (préférer la serpillière au balai ou à l'aspirateur qui remettent les poussières en suspension sans les éliminer) ;
- limiter l'entrée de poussières extérieures : par les chaussures, les objets, les animaux domestiques qui rapportent des poussières via leurs poils... ; par le lavage régulier des rebords de fenêtres et des sols en dur autour des habitations ;
- éviter si possible les sols nus (terre) autour des habitations: les recouvrir par dallage, herbe, graviers...
- préférer les sols et revêtements facilement lavables dans les habitations (carrelages, parquets...) ; éviter tapis et moquettes qui retiennent les poussières.

[http://www.ars.languedoc-roussillon-midi-pyrenees.sante.fr/fileadmin/LANGUEDOC-ROUSSILLON/LRMIPY/Actualites/sols\\_miniers\\_gard/EDL\\_Questions\\_Reponses\\_Mines\\_du\\_Gard\\_11\\_fevrier\\_2016.pdf](http://www.ars.languedoc-roussillon-midi-pyrenees.sante.fr/fileadmin/LANGUEDOC-ROUSSILLON/LRMIPY/Actualites/sols_miniers_gard/EDL_Questions_Reponses_Mines_du_Gard_11_fevrier_2016.pdf)