



# CONSEILS SANITAIRES

**pour limiter l'exposition aux métaux  
dans les sols par des gestes simples  
au quotidien.**

Certains sols peuvent comporter de façon plus ou moins importante des métaux. C'est le résultat d'un processus naturel d'érosion géologique datant de plusieurs millions d'années ou encore d'activités minières anciennes.

Certains métaux, comme le plomb ou l'arsenic, peuvent être nocifs pour la santé.

Des précautions peuvent être prises pour limiter l'exposition humaine aux poussières et particules de sols comportant ces métaux.



## RESPECTER DES GESTES SIMPLES D'HYGIÈNE CORPORELLE

**Pour limiter l'exposition aux poussières et particules de sols, il est recommandé :**

- ◆ de maintenir des ongles coupés courts,
- ◆ de se laver les mains régulièrement en particulier celles des enfants.

## ENTREtenir SON LOGEMENT



**Pour limiter la présence de poussières dans le logement, il est conseillé :**

- ◆ de procéder au nettoyage humide des sols, des meubles, et des bouches d'aération avec des textiles non tissés (ex : microfibre),
- ◆ Faire vérifier périodiquement le bon fonctionnement de la ventilation du logement (entretien complet de la ventilation mécanique tous les 3 ans environ),
- ◆ de laver régulièrement les jouets des enfants en particulier ceux utilisés en extérieur,
- ◆ de nettoyer et quitter les chaussures à l'extérieur de l'habitation (utiliser des chaussures ou chaussons spécifiques pour les logements),
- ◆ de préférer les sols et revêtements facilement lavables dans les habitations (ex : les carrelages) ; éviter tapis et moquettes qui favorisent la présence de poussières,
- ◆ de nettoyer soigneusement à l'extérieur les animaux domestiques (chiens notamment).



## AGIR SUR SON ALIMENTATION ET LES CULTURES POTAGÈRES

**Certaines pratiques culturelles permettent de limiter le transfert des métaux présents dans les sols aux végétaux cultivés, il est préconisé :**

- ◆ d'utiliser de la chaux dans les jardins. La chaux diminue l'acidité des sols et permet de limiter le transfert sol / plantes des métaux,
- ◆ d'utiliser préférentiellement :
  - ✓ des apports de matière organique et de sels minéraux comme les sels de fer ou de phosphates, qui contribuent à fixer les métaux du sol,
  - ✓ du compost acheté dans le commerce, plutôt que du compost issu du jardin,
- ◆ d'utiliser préférentiellement de l'eau de pluie pour l'arrosage des jardins.

**Au moment de la récolte et lors de la préparation des aliments, il est recommandé :**

- ◆ de procéder au nettoyage et au retrait des racines à l'extérieur du logement (éviter notamment l'apport de terre à l'intérieur),
- ◆ de laver les fruits et légumes en éliminant soigneusement les dépôts de terre,
- ◆ d'éplucher les fruits et légumes et effectuer un rinçage soigneux avec l'eau du robinet.

**D'UNE FAÇON GÉNÉRALE, IL EST SOUHAITABLE :**

- ◆ de diversifier les fruits et légumes cultivés,
- ◆ de varier la consommation de fruits et légumes,
- ◆ de diversifier l'origine géographique des produits alimentaires.





## ENTREtenir LES ESPACES VERTS ET LES EXTÉRIEURS

Pour entretenir les espaces verts et les surfaces extérieures, il est conseillé de :

- ◆ procéder régulièrement au nettoyage humide des rebords de fenêtres et des dallages à proximité des maisons,
- ◆ maintenir les espaces verts enherbés pour fixer les poussières,
- ◆ fixer les poussières ( ex : mouiller pendant les travaux, bâcher... ) à l'occasion de travaux avec manipulation de terre ( ex : fondations, excavations, terrassements ) et utiliser des protections individuelles adaptées.

## CONCLUSION

**Ces recommandations sont de nature à limiter l'exposition aux poussières et particules de sols comportant des métaux.**

**POUR EN SAVOIR PLUS :**  
[bit.ly/solmetauxsante](https://bit.ly/solmetauxsante)



## CONTACT

**ARS Bourgogne Franche-Comté**  
Le Diapason, 2 place des Savoirs,  
CS 73535, 21035 Dijon cedex  
Tél. 0808 807 107 (numéro non surtaxé)  
[www.bourgogne-franche-comte.ars.sante.fr](http://www.bourgogne-franche-comte.ars.sante.fr)