

De simples mesures pour réduire l'exposition à l'arsenic dans les endroits où l'on croit que le sol est contaminé à l'arsenic

Bureau de santé Porcupine, Services d'inspection de la santé, Sensibilisation aux dangers pour la santé

Que puis-je faire pour réduire l'exposition de ma famille à l'arsenic?

Si vous vivez dans un endroit où l'arsenic est une préoccupation, il existe des mesures que vous pouvez prendre pour réduire votre exposition à l'arsenic et à d'autres métaux présents dans le sol et la poussière :

- Soyez attentifs et obéissez aux panneaux et aux clôtures qui vous demandent de ne pas aller dans les endroits où il y a des résidus d'extraction minière.
- Recouvrez le sol nu avec de l'herbe ou un autre matériau.
- Dites aux enfants de ne pas jouer là où le sol est nu.
- Encouragez les jeunes à jouer là où il y a du pavé ou de l'herbe.
- Lavez-vous les mains et le visage ou ceux de votre enfant après avoir travaillé ou joué dehors et avant de manger.
- Enlevez vos chaussures d'extérieur avant d'entrer dans la maison.
- Lavez les vêtements souillés de terre séparément des autres vêtements.

- Passez régulièrement la vadrouille humide sur les planchers et époussetez les comptoirs, les tables et les seuils de fenêtre régulièrement à l'aide d'un linge humide. Les aspirateurs ont tendance à propager la poussière, sauf si l'aspirateur est muni d'un filtre H.E.P.A. (haute efficacité pour les particules de l'air).
- Évitez que les animaux de compagnie n'apportent de la terre contaminée dans la maison. Avant de laisser entrer les animaux de compagnie dans la maison, brossez ou lavez-les pour réduire la poussière.

Que puis-je faire pour réduire la quantité d'arsenic dans mon potager?

Bien que les légumes et les fruits puissent n'absorber qu'une très petite quantité d'arsenic dans leurs racines et leurs feuilles, l'ingestion de particules de terre contaminée est généralement une plus grande préoccupation.

La plupart des légumes sont sensibles au niveau d'arsenic dans le sol et ne pousseront pas si ce niveau

est élevé.

Les haricots verts, lesquels sont très sensibles à l'arsenic, sont un bon indicateur de la présence d'arsenic dans le sol. S'ils poussent très bien dans le potager, il est peu probable que l'absorption d'arsenic dans les autres légumes soit suffisamment élevée pour présenter un danger pour la santé.

En général, l'arsenic inorganique est présent dans les légumes-feuilles et les légumes-racines, mais non pas en une concentration suffisamment forte pour qu'il ne devienne une préoccupation.

Voici des suggestions pour réduire la quantité de sol contaminé que vous avez ou respirez de façon non intentionnelle lorsque vous faites du jardinage ou travaillez autour de la maison.

- Portez des gants lorsque vous jardinez.
- Ajoutez de la terre propre ou des suppléments pour l'amélioration des sols, comme le composte ou le paillis, pour réduire la quantité de contaminants dans les terres de jardin.
- Songez à construire un carré

surélevé avec de la terre propre.

- Mouillez le sol avant de jardiner afin de limiter la quantité de poussière que vous respirez.
- Lavez-vous les mains à l'eau savonneuse après avoir travaillé dans le potager et avant de consommer des légumes du potager.
- Ne compostez pas les parties de plante non utilisées ni les pelures qui seront utilisées plus tard dans le potager.
- Durant la préparation d'aliments, jetez aux ordures les feuilles extérieures ou les vieilles feuilles des légumes-feuilles.
- La poussière peut rester collée aux légumes à surface rugueuse comme le brocoli et la laitue, alors ils doivent être lavés à fond.
- Pelez les légumes-racines car l'arsenic est entreposé de préférence à la surface de la pelure.
- Évitez de faire entrer de la terre du jardin dans la maison, comme celle qui reste collée aux vêtements, aux chaussures ou aux outils.
- Choisissez des chaussures et des vêtements qui seront utilisés uniquement pour le jardinage et entreposez-les dans une remise à l'extérieur de la maison.
- N'utilisez pas du bois traité à l'arséniate de cuivre chromaté (ACC) pour construire vos carrés

surélevés.

Sources :

1. Arsenic in the Environment, *accédé en ligne le 05/12/2010* (<http://www.ene.gov.on.ca/publications/3792e01.php>)
2. Safe Gardening, Safe Play, and a Safe Home, *accédé en ligne le 05/12/2010* (<http://www.atsdr.cdc.gov/sites/springvalley/svgardening.html>)

**Pour de plus amples
renseignements,
communiquez avec
l'inspecteur de santé
de votre localité ou
composez le
1-800-461-1818.**

