

Principaux métaux concernés : arsenic, cadmium, chrome, mercure et plomb

En Grand Est, ces métaux sont principalement d'origine géologique et liés à de très anciennes activités minières (XV^{ème} siècle) dans certaines vallées.

Des déplacements de terres et remblais ont dispersé ces métaux au fil du temps.

L'ingestion de ces métaux peut provoquer :

- des lésions de la peau pour l'arsenic ;
- une insuffisance cardiaque pour le cadmium ;
- des problèmes cutanés pour le chrome et une augmentation du risque de cancer du poumon pour certaines de ses formes ;
- des troubles neurologiques pour le mercure ;
- des retards de développement intellectuel pour le plomb.



Public sensible : les **enfants**, parce qu'ils ingèrent beaucoup de poussières (mains ou jouets portés à la bouche, ongles rongés, ...) et sont en pleine croissance, ainsi que les **femmes enceintes**, car ces métaux sont toxiques pour le bébé.

Rendez-vous dans notre rubrique « [Sites et sols pollués](#) » pour en savoir plus :



Nous contacter

ARS Grand Est
3 Boulevard Joffre
CS 80071 - 54036 Nancy cedex
03 83 39 30 30 (standard régional)
www.grand-est.ars.sante.fr

Vous vivez dans une ancienne vallée minière ?

→ Suivez ces conseils pour éviter les intoxications aux métaux

Les anciennes activités minières ont dispersé certains métaux dans les sols (plomb, mercure, cadmium, zinc, arsenic, argent, chrome, ...).

Ces métaux se retrouvent dans les poussières. Il ne faut pas les ingérer.



Des précautions peuvent être prises pour limiter l'exposition humaine aux poussières et particules de sols comportant des 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 ;
- laver fréquemment les mains, en particulier celles des enfants et après les jeux d'extérieurs ou le jardinage.



Entretenir son logement

Pour limiter l'apport de poussières dans le logement, il est conseillé de :

- procéder souvent au nettoyage humide des sols et des meubles ;
- laver régulièrement les jouets des enfants en particulier ceux utilisés en extérieur ;
- être attentif aux peintures dans l'habitat ancien (lesquelles peuvent contenir du plomb).



Si vous avez un jardin

- ne laissez pas jouer les enfants sur des zones de terre découverte (sans herbe, ni plantation couvrante) ;
- essuyez et retirez les chaussures en entrant dans le logement.



Agir sur son alimentation et les cultures potagères

Pour limiter l'ingestion de terre et de poussières, quelques gestes simples :



- varier votre alimentation et vos sources d'approvisionnement ;
- laver et éplucher les légumes et fruits, avant consommation, y compris ceux du jardin ;
- veiller à un bon équilibre alimentaire → privilégier notamment les aliments riches en fer et en calcium :
 - aliments riches en fer : légumes secs, œufs, viandes pour les enfants à partir de 1 an, les aliments riches en vitamine C (agrumes) aident à mieux profiter du fer contenu dans les aliments ;
 - aliments riches en calcium : laitages, brocolis, épinards, haricots.
- faire une analyse d'eau, en cas d'utilisation d'un puits privé.

Bon à savoir



- seule une eau faisant l'objet d'un contrôle régulier peut être utilisée pour la consommation humaine (boisson, préparation ou cuisson des aliments, etc.) ;
- les zones correctement enherbées (gazon dense, pelouses entretenues...) limitent l'envol de poussières ;
- les sols couverts (bitumes, dallages, membranes...) suppriment le contact avec les métaux éventuellement présents dans le sol.