

Respirons !

Bougies, encens, papier d'Arménie... :

Vérités & idées reçues en matière de qualité de l'air intérieur avec l'Association QUALITEL



À quelques semaines des fêtes de fin d'année, période propice aux réunions familiales où l'on aime se retrouver autour d'un feu, allumer des bougies pour une ambiance agréable et chaleureuse, cuisiner de bons petits plats..., l'Association QUALITEL, qui œuvre pour un habitat de qualité, fait le point sur ce qu'il faut savoir, faire, ou oublier en matière de qualité de l'air intérieur.*

Les polluants sont en effet partout dans notre logement, dans les parquets et moquettes, les meubles, les peintures... mais aussi dans les produits utilisés au quotidien pour le ménage ou le bricolage. Inhalés, ils peuvent nuire à la santé de tous. Focus sur quelques vérités et idées reçues...

1. Bougies, encens, parfums d'intérieur, papier d'Arménie... : des senteurs agréables et chaleureuses qui purifient l'air de l'habitat

FAUX. Ces produits libèrent des particules et des Composés Organiques Volatils (COV) tels que du benzène ou du formaldéhyde, qui polluent l'air. Il est d'ailleurs recommandé de limiter leur utilisation, d'autant que ces polluants n'ont pas forcément d'odeur et qu'il est difficile de connaître leur concentration et leur potentiel impact sur les occupants.

Il est important de noter que des évolutions se sont produites ces dernières années dans ce secteur : dans le cadre du Plan d'action sur la qualité de l'air intérieur (PQAI), un décret portant sur les bougies et les encens impose désormais un étiquetage de sécurité. Il doit ainsi informer les utilisateurs des bons gestes à effectuer lors de l'utilisation de ces produits (ventilation de la pièce après utilisation du produit et absence d'inhalation directe de la fumée). Toutefois, il n'y a aucune obligation d'indication du nom des substances ou de chiffre sur les émissions de COV du produit.

2. L'air intérieur d'une maison ou d'un appartement est moins pollué que l'air extérieur

FAUX. L'Observatoire de la qualité de l'air intérieur (OQAI) révèle une concentration de certains polluants jusqu'à 10 fois plus importante à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Plusieurs causes à cela, à la ville comme à la campagne : polluants extérieurs issus du trafic routier, des combustions, de l'épandage de pesticides... s'infiltrent partout dans les logements par les conduits de ventilation, les portes et les fenêtres.

Les gestes du quotidien contribuent également à la pollution de l'air dans son habitat : cuisine, bricolage, produits ménagers, parfums d'intérieur, fumée de cigarette...

3. Il est possible d'avoir un air pur chez soi

FAUX. Il est impossible de bannir tous les polluants dans son appartement ou sa maison, mais il est possible de les limiter en préservant sa santé à l'aide de bons réflexes comme :

- ▶ Aérer 10 minutes chaque jour matin et soir, y compris l'hiver, a fortiori quand on reçoit du monde.
- ▶ Consulter les étiquettes sanitaires des produits de construction et de décoration pour sélectionner plutôt ceux notés A ou A+.
- ▶ Choisir des produits ménagers traditionnels tels que le vinaigre blanc, le jus de citron, le bicarbonate de sodium, les cristaux de soude, le savon de Marseille ou le savon noir.
- ▶ Entretien régulièrement son système de ventilation.



4. En cas de pic de pollution, il ne faut pas ouvrir les fenêtres

FAUX. Au contraire, même en cas de pollution, il faut aérer son habitat. Le Haut Conseil de la santé publique recommande d'ailleurs, dans ces périodes, « de ne pas modifier les pratiques habituelles d'aération et de ventilation ».

Pourquoi ? Parce que les polluants extérieurs s'infiltrent à l'intérieur du logement, via les conduits de ventilation, même fenêtres et portes fermées. Toutes les particules fines sont alors piégées entre les murs, en plus des polluants internes.

Une seule solution pour limiter leur concentration : aérer en privilégiant les périodes de la journée les moins polluées, soit tôt le matin ou dans la soirée, avant et après les pics de trafic.

5. L'air de la ville est toujours plus pollué que l'air de la campagne

FAUX. Les polluants se trouvent tout autant en ville qu'à la campagne.

À la campagne, le trafic routier est certes bien moins important qu'en ville et les campagnes sont moins soumises à la pollution de CO₂, mais en raison des pratiques agricoles (épandage de pesticides, d'engrais, élevage bovin...), l'air des territoires ruraux peut contenir de nombreux polluants.

De plus, en fonction du vent, les nuages de pollution se déplacent des villes vers la campagne, et inversement. On ne respire donc pas forcément un air plus pur en zone rurale.

Pour aller plus loin :

<https://www.qualitel.org/particuliers/conseils/>

À propos du Groupe QUALITEL :

Depuis plus de 45 ans, l'Association QUALITEL fait progresser, aux côtés des professionnels du logement, la qualité de l'habitat neuf et existant et participe à sa valorisation auprès des usagers. Elle exerce pour cela 4 missions complémentaires : l'information du grand public, la certification de la qualité et des performances du logement au travers de la marque NF Habitat – NF Habitat HQE, la formation, l'évaluation et l'expertise. Elle développe également des programmes de recherche pour mieux comprendre les problématiques liées au bâtiment et anticiper les évolutions techniques et les attentes des occupants.

Indépendante depuis sa création en 1974, l'Association QUALITEL est une structure unique en France. Son conseil d'administration rassemble tous les acteurs concernés par le logement : associations de consommateurs, organisations professionnelles impliquées dans l'habitat et pouvoirs publics.

www.qualitel.org

www.facebook.com/groupequalitel/

twitter.com/groupeQUALITEL

* Les Rendez-vous QUALITEL du Logement

En 2021, QUALITEL lance les Rendez-vous QUALITEL du Logement qui regroupent l'ensemble des contenus de l'association (études, enquêtes...) autour de la qualité du logement.

Parmi les temps forts de ces Rendez-vous QUALITEL du Logement :

- Le Baromètre QUALITEL-IPSOS dédié à la qualité du logement, ressentie par ses occupants, présenté chaque année, à l'automne <https://www.qualitel.org/barometre-qualitel-2021/>;
- L'Etat des lieux du logement, dédié à la qualité mesurée du logement. (https://www.qualitel.org/uploads/Qualitel_Etat-des-lieux-du-logement.pdf)

Contact presse :

Agence Le Bonheur est dans la Com'

Ingrid Launay-Cotrebil

Aurélie Fitoussi

01 60 36 22 12

launay@bcomrp.com