

## Peur des polluants : vérifiez la dose avant de vous inquiéter !

L'action des produits chimiques, des radiations, des microbes et de toutes les substances susceptibles d'avoir un effet sur les êtres vivants dépend essentiellement de leur dose.

Prenez l'exemple du sirop de grenadine : si vous en mettez une goutte dans une citerne de 100 litres d'eau, la couleur de l'eau changera si peu que la différence ne sera pas décelable à l'œil nu. En revanche, si vous en versez une cuillerée à café dans un verre d'eau à moitié plein, la couleur rouge vous sautera aux yeux.

Il en est de même pour tout ce qui peut influencer votre état de santé. En matière de pollution, d'environnement, d'alimentation et de boisson, tous les effets dépendent de la dose.

Prenons un exemple imaginaire : si un produit X contient 1 milligramme par litre d'un polluant Y et que la dose toxique du polluant Y se situe entre 1 kilogramme et 1 tonne, avaler ou respirer le produit X ne provoquera aucun danger. Par contre, si la dose toxique du polluant Y se situe entre 100 microgrammes et 10 milligrammes par litre, le produit X sera hautement toxique.

La majorité des alertes sur la présence de polluants dans notre environnement ne précisent pas quelles sont les concentrations observées et quelles sont les doses toxiques. En l'absence de ces deux informations, il est impossible de savoir si ces polluants peuvent avoir un effet sur la santé.

Les lanceurs d'alerte ne doivent être pris au sérieux que s'ils prennent la peine de préciser ces doses en les documentant sérieusement.

En pratique, poser des questions précises sur les doses élimine rapidement les informations sans fondement.

Source : Open Rome

### Le Dico du doc



## Dose



Mot physico-chimique désignant la concentration d'une substance dans un liquide, un gaz ou un solide.

La dose est habituellement présentée sous forme d'une valeur, suivie d'une unité comportant deux indications séparées par une barre oblique : l'unité de mesure de la quantité de produit divisée par l'unité de volume du liquide ou du gaz.

Exemple : 15 mg/l signifie que 15 milligrammes de la substance sont présents dans un litre de liquide.

La façon de présenter la dose peut être adaptée à la nature de ce qui est dosé. Par exemple,

- pour les médicaments, la dose est souvent présentée par gélule ou par comprimé (ex : amoxicilline 500 correspond à 500 mg de médicaments par gélule) ;
- dans les analyses biologiques, la quantité de substance est souvent exprimée en « milli-équivalent » (mEq) ou en « millimoles » (mmol), qui tiennent compte du nombre de molécules de la substance (ex : la concentration de sodium dans le sang est normalement comprise entre 135 mmol/L et 145 mmol/L).

Source : Open Rome

### Météo antibio

#### Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite modéré
- Allergies pollens très élevé

Sources : <http://www.grog.org>  
et <http://www.pollens.fr>

#### Explosion pollinique

Les plantes n'attendaient que ça, l'arrivée du printemps s'accompagne d'une explosion de pollens allergisants, avec des records absolus de quantités journalières de pollen de bouleau, de frêne et de platane.

La nature s'est vengée de l'hiver froid et tardif, les allergiques aux pollens sont malades en masse.

Si le weekend pluvieux a un peu calmé les ardeurs végétales, la remontée des températures provoque une nouvelle flambée des concentrations de pollens allergisants.

Risque	pollens	régions
très élevé	bouleau	toute la métropole
variable	platane	toute la métropole
moyen à élevé	frêne	toute la métropole
moyen	chêne	Sud Ouest
moyen	graminées	Pays de la Loire Poitou Ch, Aquitaine Midi Pyr., Sud Est

Source : RNSA