

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

En cas d'épisode de pollution

Pour les populations vulnérables :

Femmes enceintes, nourrissons et jeunes enfants, personnes de plus de 65 ans, personnes souffrant de pathologies cardiovasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques ;

Pour les populations sensibles :

Personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution et/ou dont les symptômes apparaissent ou sont amplifiés lors des pics (par exemple : personnes diabétiques, personnes immunodéprimées, personnes souffrant d'affections neurologiques ou à risque cardiaque, respiratoire, infectieux).

- En cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé,
- Privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort,
- Prenez conseil auprès de votre médecin pour savoir si votre traitement médical doit être adapté le cas échéant.
- Limitez les déplacements sur les grands axes routiers et à leurs abords, aux périodes de pointe,
- Limitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions), autant en plein air qu'à l'intérieur,

Pour la population générale :

- Il n'est pas nécessaire de modifier vos activités habituelles.
- En cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé.

De manière générale :

- Se renseigner sur la qualité de l'air dans la région sur le site de Gwad'Air : www.gwadair.fr,
- Des recommandations sanitaires complémentaires sont rendues disponibles sur le site de l'agence régionale de santé de Guadeloupe : www.guadeloupe.ars.sante.fr