



## Est-on fort exposé aux polluants en Wallonie ?

PFAS, métaux lourds, pesticides... Impossible d'échapper aux pollutions en Wallonie. À quel point cela nous impacte-t-il ? Réponse avec le monitoring de l'ISSeP.



Avec plus de 1700 participant·es et 80 substances analysées, le [Biomonitoring humain Wallon](#) dresse un portrait de l'état de santé des Wallon·nes face aux pollutions environnementales. Alors à quel point est-on exposé en Wallonie ? On jette un œil aux résultats de cette étude menée par l'ISSeP (Institut scientifique de service public).

# Qu'est-ce qu'un biomonitoring humain ?

Un biomonitoring humain est une façon de mesurer la quantité de substances dans le corps humain (sang, urine, cheveux...) pour avoir une idée de l'exposition moyenne des individus à ces substances. Ça permet aux institutions d'évaluer et de surveiller l'exposition des populations aux substances présentes dans l'environnement (intérieur ou extérieur). On peut aussi mieux comprendre ce qui favorise l'exposition (lieu de résidence, âge, sexe...).

## De quels polluants parle-t-on ?

Parmi les 80 substances étudiées, on trouve des catégories aux noms plus ou moins connus du grand public comme<sup>[1]</sup> :

- les [PFAS](#)
- certains métaux (plomb, mercure, cadmium...)
- les [bisphénols](#) (A, S, F...)
- les pesticides ([organochlorés](#), [pyréthrinoïdes](#), [glyphosates](#), [organophosphorés](#))
- les [PCB](#) (polychlorobiphényles)
- les [HAP](#) (Hydrocarbures aromatiques polycycliques)
- les PBDE (une catégorie de [retardateurs de flammes bromés](#))

Ce sont toutes des substances chimiques ou des polluants présents dans l'environnement qui peuvent avoir (ou sont suspectés d'avoir) des effets néfastes sur la santé humaine.

## Les enseignements du biomonitoring

- Tout le monde est concerné par la pollution. Le taux d'exposition varie mais il y a toujours une exposition.
- C'est pour les PFAS, le mercure, le plomb et le cadmium que l'on remarque le plus souvent un dépassement des recommandations légales.
- La situation en Belgique est assez similaire à celle chez nos voisins : des taux similaires, voire inférieurs dans certains cas, si des mesures réglementaires ont été prises dans le pays ou en Europe.
- Les concentrations en polluants diffèrent selon l'âge en fonction des polluants. Et c'est assez logique : plus on est âgé, plus on retrouve dans le corps des substances dites persistantes ou bioaccumulables. Il s'agit de substances qui se dégradent peu et s'accumulent dans le corps humain, ce qui explique qu'on en trouve plus chez une personne âgée que chez jeune. Les substances concernées sont notamment les PCB (polychlorobiphényles), les pesticides organochlorés, certains métaux (plomb et cadmium) ainsi que les PFAS.
- De leur côté, les jeunes enfants sont souvent plus contaminés par les pesticides, les bisphénols, certains métaux... En cause ? Potentiellement l'alimentation, une plus grande consommation d'eau et de nourriture par rapport à leur poids, le fait de souvent mettre les mains et les doigts en bouche (les enfants sont ainsi exposés à plus de substances par voie orale)...

## L'importance des mesures politiques

Des politiques de sensibilisation, de restriction ou d'interdiction de certaines substances ont été mises en place au niveau belge et/ou européen. Et leur effet est directement visible

dans les analyses des Wallon·nes ! C'est l'un des grands enseignements de ce biomonitoring : pour les substances concernées par des législations, on constate une réduction des concentrations en polluants dans le corps<sup>[2]</sup>.

On le voit par exemple pour :

- le bisphénol A ;
- certains PFAS, comme le PFOS ;
- certains pesticides, dont un organochlorés (TCPy), le glyphosate ;
- les PCB.

Le rapport précise toutefois que ça ne suffit pas à éliminer totalement l'exposition. C'est normal puisque certaines de ces substances sont très peu biodégradables, persistantes et donc présentes sur un temps long dans l'environnement et les organismes vivants.

## Et maintenant, on fait quoi ?

On attend avec impatience la suite du projet de biomonitoring. Les résultats de la phase 4 devraient arriver rapidement et aider à comprendre ce qui peut influencer l'exposition : type d'environnement, de comportement, facteurs socio-économiques...

En attendant, que faire concrètement pour diminuer son exposition aux polluants ?

- L'ISSEP a regroupé des conseils dans sa brochure « [Informations générales sur les substances mesurées et conseils pour réduire l'exposition](#) ». On y retrouve des recommandations générales ainsi que des conseils par substance.
- Sur le sujet les PFAS :
  - On pourrait s'inspirer de nos voisins français qui ont mis en place cette année une interdiction d'utiliser et d'exporter des PFAS dans les cosmétiques, les textiles, les farts de ski... Canopea, avec le soutien de ses associations membres, dont écoconso, a lancé une [pétition pour essayer d'interdire les PFAS à la source](#). Lire aussi [la carte blanche publiée en février dans Le Soir](#), dont écoconso est co-signataire.
  - Consulter aussi nos conseils : [Comment se protéger des PFAS ?](#)
- Concernant les perturbateurs endocriniens, lire : [Comment éviter les perturbateurs endocriniens ?](#)

Bref, il est impossible d'éviter tous les polluants mais on peut se renseigner sur les bons gestes pour réduire son exposition, en attendant que les politiques européennes et belges légifèrent plus fortement et sur plus de substances.

## Plus d'infos

Les informations complètes sur le projet du Biomonitoring Wallon se trouvent sur le site de [l'ISSEP](#).

---

[1] « [Biomonitoring humain wallon. Détermination des valeurs de référence d'exposition pour la population wallonne - Résumé](#) » ISSEP (2025)

*[2] Réduction par rapport aux études antérieures sur des populations similaires ou vis-à-vis de pays ayant légiféré plus tardivement, même si cela peut prendre quelques années pour voir les effets.*

---

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

**Source URL:** <https://www.ecoconso.be/content/est-fort-expose-aux-polluants-en-wallonie>