

CHLORDÉCONÉMIE — 1 TEST — DES RECOMMANDATIONS

QU'EST-CE QUE LA CHLORDÉCONÉMIE ?

C'est un dosage sanguin permettant de mesurer votre taux de chlordécone au moment de la prise de sang.

POURQUOI FAIRE LE TEST ?

La valeur de ce dosage traduit une exposition récente à la chlordécone ou pouvant avoir eu lieu au cours des deux ou trois dernières années. Ce test permet donc d'évaluer son exposition et ainsi la réduire si nécessaire.

UN TEST GRATUIT POUR QUI ?

Le dosage est réalisé gratuitement de préférence avec une prescription médicale dans l'ensemble des laboratoires de biologie médicale du territoire.

COMMENT INTERPRÉTER LE RÉSULTAT ?

Vous êtes invité à prendre rendez-vous auprès de votre médecin pour vous aider à interpréter les résultats. La présence de chlordécone dans le sang ne signifie pas que vous êtes malade : c'est un signal d'exposition à la chlordécone au moment du prélèvement qui doit vous conduire à agir pour la réduire.

ET APRÈS, COMMENT RÉDUIRE MON EXPOSITION ?

L'exposition se fait principalement par l'alimentation. A l'heure actuelle, on sait que si l'on stoppe l'exposition à la chlordécone, il faut entre 4 et 6 mois pour diviser par 2 la teneur dans le sang.



Pour plus d'informations vous pouvez consulter le site : www.jafamatinik.mq



Vous pouvez d'ores et déjà réduire votre exposition à la chlordécone en adoptant les gestes simples présentés au verso.



JE PEUX LIMITER MON EXPOSITION PAR QUELQUES GESTES SIMPLES :



Si j'ai un jardin ou si j'éleve des animaux, je peux demander une analyse de sol gratuite et bénéficier de conseils adaptés pour produire des aliments sains en cas de sol pollué.

FREDON
Tél : 0596 50 33 44
contact@fredon972.org



Si j'ai un doute sur la qualité des produits que l'on me donne :

- > J'évite de les consommer.
- > Je conseille de faire une analyse de sol gratuite aux personnes qui me donnent des racines, tubercules, viandes, ou œufs.



Je respecte les zones d'interdiction de pêche en mer :
<https://urlr.me/tzf7p>

**LA PÊCHE EN EAU DOUCE
EST INTERDITE**



Lorsque je fais mes courses, je me pose deux questions :

> Le produit que j'achète est-il sensible à la chlordécone ?

Tous les produits n'ont pas la même sensibilité. Les aliments les plus sensibles sont les œufs, les poissons, les crustacés d'eau douce, la volaille, les légumes racines et les tubercules. Ainsi, les fruits, légumes et féculents aériens comme par exemple les pois, les cristophines, les tomates ou encore les fruits à pain peuvent être consommés sans risque.

> A qui j'achète ?

En direct auprès d'agriculteurs et pêcheurs professionnels (respectueux des zones définies) ou au sein de circuits commerciaux contrôlés¹.

Je consomme autrement :

- > Pas plus de 4 fois par semaine des poissons et crustacés marins issus de circuits non contrôlés.
- > Les poissons et crustacés d'eaux douces sont interdits à la consommation hors élevage contrôlé.
- > Pas plus de deux fois par semaine les légumes racines issus de circuits non contrôlés.
 - > Je lave les légumes racines, les épluche généreusement.
 - > Je ne consomme pas l'eau des sources de bord de route car elle est non potable.

¹Circuits commerciaux contrôlés : Poissonneries, primeurs, marchés, ou super-marchés / Circuits commerciaux non contrôlés : aliments achetés au bord de la route ou donnés par des connaissances.

JE VEUX UNE INFORMATION MÉDICALE :

Je contacte le Centre Régional de Pathologies Professionnelles et Environnementales (CRPPE) du CHU de la Martinique :

Tel : 0596 30 64 84

Mail : contact.crppe@chu-martinique.fr

POUR PLUS D'INFORMATIONS
VOUS POUVEZ CONSULTER LE SITE
www.jafamatinik.mq