



Information et Conseil
Energie Eau Consommation

Les plantes dépolluantes

Mise à jour le 15/03/2010

Les récentes études de l'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur (OQAI) ont montré que l'air de nos logements et de nos lieux de travail est bien plus pollué que l'air extérieur, même en ville. Car les sources de pollutions se trouvent souvent au sein même des bâtiments. Il est possible de réduire ces pollutions en réduisant les sources, mais aussi en faisant appel... aux bienfaits des plantes !

1. La pollution de l'air intérieur

Pour réduire les sources de pollution de l'air intérieur, il faut tout d'abord savoir d'où viennent ces polluants.

Les principaux polluants de l'air intérieur et leurs origines	Ammoniacque	Benzène*	Formaldéhyde*	Monoxyde de carbone	Pentachlorophénol (PCP)	Toluène*	Trichloréthylène*	Xylène*
Bois agglomérés (meubles, parquets)								
Cires								
Colles et adhésifs								
Combustions diverses								
Désodorisants, parfums et encens								
Encres								
Fumée de cigarette								
Isolants								
Mobilier contreplaqué								
Moquettes et tapis								
Papiers peints								
Pâte à papier								
Peintures								
Produits d'entretien								
Textiles								
Traitements fongicides du bois								
Vernis								

*Composés organiques volatils (COV)

Les effets de ces polluants sont nombreux et variables en fonction de leur concentration :

- irritations cutanées et oculaires ;
- maux de tête ;
- nausées ;
- vertiges ;
- troubles de l'attention ;
- troubles respiratoires ;
- fatigue chronique ;
- fragilisation capillaire ;
- troubles du sommeil...

Certains d'entre eux peuvent être cancérogènes.

Le monoxyde de carbone peut quant à lui être mortel à forte concentration (disfonctionnement d'une chaudière, d'un chauffe-eau, d'une gazinière...).

Depuis 2001, l'Observatoire de la Qualité de l'air est chargé de mener des campagnes de mesures et de prévention. Pour plus d'informations, consultez le site de l'OQAI www.air-interieur.org

2. Les plantes dépolluantes

Dans les années 80, le Dr Bill Wolverton, chercheur à la NASA, étudie le recyclage de l'air dans les navettes spatiales et découvre que certaines plantes ont la capacité de dépolluer l'air de façon significative. Actuellement, des recherches sont menées en France, notamment dans le cadre du programme Phyt'air mené en collaboration avec le CSTB (Centre Scientifique et Technique du Bâtiment) et la Faculté de Pharmacie de Lille.

Mais comment les plantes dépolluent-elles ?



Source : www.plantairpur.fr

Les plantes ne se contentent pas d'absorber les polluants : elles les transforment pour s'en nourrir !

En plus de l'aspect esthétique, les plantes ont des effets bénéfiques sur la santé. Alors pourquoi s'en priver ? Comptez une plante pour 10 m². Et en fonction des effets de chacune, placez-les à des endroits stratégiques ! Dans la cuisine, les plantes qui absorbent l'ammoniac des produits d'entretien, dans les bureaux, celles qui absorbent les polluants émis par les encres des photocopieurs...











Concernant les plantes, voici quelques petits conseils pour les utiliser au mieux :







- les personnes allergiques aux pollens peuvent tout à fait s'entourer de plantes vertes si celles-ci ne sont pas des plantes fleuries.
- ne vous privez pas du bénéfice des plantes dans votre chambre : une plante absorbera la nuit 10 fois moins d'oxygène que vous en dormant !
- nettoyez vos plantes régulièrement pour que la poussière déposée sur les feuilles ne bloque pas la lumière.
- n'arrosez pas trop vos plantes : elles supportent beaucoup mieux le manque d'eau que l'excès et risqueraient de moisir.

Afin de diminuer la quantité de polluants de nos logements, n'oubliez pas :

- entretenez régulièrement les appareils de combustion et les système de ventilation et d'évacuation des fumées ;
- réduisez si possible les sources d'émissions (choix des matériaux de construction, du mobilier, des éléments de décoration, des produits d'entretien...);
- aérez régulièrement le logement, au moins 10 minutes par jour, été comme hiver ;
- les plantes ne dépolluent pas tout : acariens, poils d'animaux domestiques et pollens sont eux aussi des polluants que les plantes ne filtrent pas. Evitez par conséquent ce qui peut les retenir, notamment les tapis et moquettes.

**Liste de quelques plantes dépolluantes
(Résultats du Dr Wolverton)**

		Ammoniaque	Benzène	Formaldéhyde	Monoxyde de carbone	PentachlorophénoI (PCP)	Toluène	Trichloréthylène	Xylène
	Aglaonema commutatum (Silver Queen)								
	Anthurium andreaum								
	Chamaedora elegans (Palmier nain)								
	Chlorophytum comosum (Phalangère)								
	Chrysalidocarpus lutescens (Areca)								
	Cissus rhombifolia (Vigne-lierre)								
	Dracaena marginata (Dragonnier de Madagascar)								
	Ficus benjamina (Figuier pleureur)								
	Nephrolepis exaltata (Fougère de Boston)								
	Philodendron								

		Ammoniaque	Benzène	Formaldéhyde	Monoxyde de carbone	Pentachlorophénol (PCP)	Toluène	Trichloréthylène	Xylène
	Phoenix roebelenii (Palmier dattier nain)								
	Rhapis excelsa								
	Sansevieria								
	Scindapsus aureus (Pothos)								
	Spathiphyllum (Fleur de Lune)								
	Syngonium podophyllum								

Sources :

Observatoire de la Qualité de l'air intérieur www.air-interieur.org

Association Plant'airpur www.plantairpur.fr

Plants For People www.plants-for-people.org

Plantes dépolluantes www.plantes-depolluantes.com

Partenaires financiers



Rhône Alpes Région

