

Pratique du tir sportif – Le plomb, vous et votre famille

Fiche d'information sur les mesures de prévention contre l'intoxication au plomb

La fréquentation des locaux d'un stand de tir et l'usage de munitions en plomb peuvent présenter un risque pour vous et votre entourage. Une intoxication peut survenir car les petites particules de plomb peuvent pénétrer dans l'organisme par le **nez** (poussières dues aux projections lors des tirs, fumées), par la **bouche** (mains ou aliments souillés) ou encore par contact avec la **peau**. Elles peuvent être transportées par les vêtements et chaussures non nettoyés.

Les **enfants** jeunes et les adolescents de moins de 18 ans sont particulièrement sensibles. Une intoxication au plomb (saturnisme) peut être à l'origine de retard de croissance, d'une anémie, d'agitation, de troubles du sommeil, de l'humeur et de la mémoire, voire de troubles du développement. Pendant la **grossesse**, l'exposition au plomb de la mère peut également contaminer l'enfant c'est pourquoi il est déconseillé aux femmes enceintes de pratiquer le tir ou de fréquenter un centre de tir. **Les premiers signes d'intoxication au plomb peuvent passer inaperçus.**

Quelques conseils pour vous protéger lorsque vous êtes présent dans les locaux du stand de tir

- Privilégier le port de vêtements et de chaussures, réservés à cette pratique et rangés dans un vestiaire au centre de tir, à défaut, les transporter à domicile dans un sac étanche
- Eviter de manger, boire, mâcher du chewing-gum ou fumer lorsque vous êtes présent dans les locaux, à défaut, bien se laver les mains et le visage avant
- Si vous participez au nettoyage ou si vous récupérez des munitions après usage, utilisez des gants et un masque de protection adapté
- Si vous amenez vos enfants avec vous lorsque vous pratiquez votre activité, ne les laissez pas jouer par terre ni porter à la bouche des objets trouvés dans les locaux

Pour ne pas exposer votre famille, assurez-vous qu'aucune particule de plomb ne parvienne à votre domicile

Avant de quitter les locaux du centre de tir,

- Se brosser les ongles, se laver les mains et le visage
- Prendre si possible une douche et changer de vêtements
- Faire un nettoyage humide (avec un chiffon mouillé par exemple) des chaussures et du matériel que vous avez utilisés et les ranger à part des vêtements portés lors du tir

Quelques conseils pour protéger votre famille d'une contamination indirecte

De retour à votre domicile après avoir pratiqué le tir

- Prendre une douche complète (laver aussi cheveux et barbe) si vous ne l'avez pas déjà fait au centre de tir
- Nettoyer les vêtements que vous avez portés pour pratiquer le tir (sans les mélanger au linge de la famille)
- Ne pas laisser à portée de main des enfants les armes et munitions, les ranger dans un placard fermé à clef
- Lorsque vous procédez au nettoyage de votre arme, privilégier le port de gants et d'un masque adapté (filtration poussières)

Si vous fabriquez vous-même vos cartouches à domicile

- A faire en l'absence des membres de votre famille et dans une pièce dédiée, différente des pièces de vie
- Penser à vous protéger lors de la fabrication (masque de protection respiratoire, gants et vêtements dédiés)
- Stocker l'ensemble de votre matériel dans un placard fermé à clef et non accessible aux enfants
- Après la fabrication, réaliser un nettoyage humide (serpillière par exemple) de la zone dans laquelle vous avez travaillé.

En cas de doute, pour vous ou votre famille, parlez-en à votre médecin

La plombémie (mesure du plomb dans le sang) permet de savoir si vous ou vos proches avez été exposés. La réalisation d'une plombémie et les éventuelles consultations de suivi sont prises en charge par l'assurance maladie pour les enfants et les femmes enceintes.