



LE SMOG ET VOTRE SANTÉ

Enjeu

Le smog peut causer des dommages à votre cœur et à vos poumons – même si vous ne pouvez le voir ni le sentir dans l'air qui vous entoure.

Contexte

Lorsque nous entendons le mot «smog», la plupart d'entre nous pensent à cette «soupe» chimique qu'on observe souvent au-dessus des régions urbaines sous la forme d'une brume jaune brunâtre. Cependant, le smog n'est pas toujours visible. Il s'agit en fait d'un mélange de polluants atmosphériques comprenant des gaz et des particules qui sont trop petites pour qu'on puisse les voir. Bien que le smog soit souvent produit dans les grandes villes, sa concentration peut être tout aussi élevée, sinon plus, dans les collectivités suburbaines et rurales.

Il faut protéger notre santé contre les dommages pouvant être causés par le smog.

Types et sources de pollution atmosphérique

Les scientifiques qui étudient le smog sont davantage concernés par les types suivants de pollution atmosphérique :

Type : Matières particulaires (MP). C'est le nom donné aux particules microscopiques qui polluent l'atmosphère. Leur taille et leur composition chimique varient.

Sources : Les émissions industrielles et les émissions de véhicules, la poussière des routes, l'agriculture, la construction et la combustion du bois.

Type : Ozone au niveau du sol. Ce gaz résulte d'une réaction chimique qui se produit lorsque certains polluants se combinent à la lumière du soleil. L'ozone au niveau du sol ne doit pas être confondu avec la couche

d'ozone du ciel, qui nous protège contre les rayons ultraviolets.

Sources : L'ozone au niveau du sol vient principalement de la combustion de combustibles fossiles utilisés pour le transport et l'industrie. Étant donné que la formation de l'ozone au niveau du sol dépend du rayonnement solaire, les niveaux d'ozone sont les plus élevés durant l'été, les pics étant observés entre 12 h et 18 h.

On se préoccupe surtout des polluants suivants :

Type : Anhydride sulfureux

Sources : Provient des centrales thermiques alimentées au charbon et des fonderies autres que celles qui traitent le minerai de fer.

Type : Monoxyde de carbone

Sources : Provient essentiellement de la combustion des combustibles au carbone (p. ex. les gaz d'échappement des véhicules motorisés).

Effets possibles sur la santé

Comme le smog est un mélange de polluants atmosphériques, son incidence sur votre santé dépend d'un certain nombre de facteurs, notamment les suivants :

- les niveaux et les types de polluants dans l'air;
- votre âge et votre état de santé général;
- les facteurs météorologiques;
- la durée de l'exposition;
- l'endroit où vous vivez.

Le smog peut irriter les yeux, le nez et la gorge, ou il peut rendre plus graves des problèmes cardiaques ou pulmonaires. Dans certains cas exceptionnels, il peut entraîner une mort prématurée.



Les personnes à risque sont celles qui souffrent de problèmes cardiaques et pulmonaires. Nombre de ces problèmes sont courants chez les personnes âgées et les rendent plus susceptibles de subir les effets négatifs de la pollution atmosphérique. Les enfants peuvent être plus sensibles aux effets de ce type de pollution, parce que leur appareil respiratoire est encore en train de se développer et qu'ils ont généralement un style de vie actif. Même les jeunes adultes en santé respirent moins bien les jours où l'air est plus pollué.

Les effets sur la santé de l'ozone au niveau du sol et des matières particulaires (MP) soulèvent également des préoccupations. Certaines études laissent supposer que l'exposition à long terme aux MP peut accroître le risque de mort prématurée et peut-être de cancer du poumon. Les études sur l'ozone indiquent que même après avoir pénétré dans les poumons, l'ozone peut continuer à causer des dommages, même si vous vous sentez bien. C'est pourquoi le gouvernement fédéral, y compris Santé Canada, s'emploie à réduire les risques pour votre santé.

Réduire vos risques

Voici comment vous pouvez réduire votre exposition au smog ainsi que ses effets potentiels sur votre santé :

- Prenez connaissance de l'indice de la qualité de l'air dans votre collectivité, particulièrement dans la saison du smog (d'avril à septembre) et choisissez vos activités en conséquence;
- Quand le niveau de smog est élevé, évitez les exercices en plein air épuisants, particulièrement l'après-midi, quand l'ozone au niveau du sol atteint son maximum, et choisissez des activités d'intérieur;
- Évitez de faire de l'exercice près des zones à forte circulation automobile, surtout durant les heures de pointe;

- Si vous avez une maladie cardiaque ou pulmonaire, suivez les conseils de votre médecin relativement à ce que vous devez faire quand le niveau de smog est élevé.

Pour aider à réduire les niveaux de smog globaux dans l'air

- Dans la mesure du possible, utilisez le transport en commun au lieu de votre véhicule, et allez travailler à pied ou à bicyclette quand le niveau de smog n'est pas trop élevé;
- Remplacez par d'autres moyens les véhicules et machines à moteur à essence. Par exemple, utilisez une embarcation à rames ou un voilier plutôt qu'un bateau à moteur – ou une tondeuse manuelle plutôt qu'une tondeuse à essence;
- Tenez compte de l'efficacité énergétique lors de l'achat d'un véhicule. Entretenez-le régulièrement et correctement;
- Réduisez au minimum votre consommation d'énergie à la maison. Renseignez-vous sur les ressources énergétiques de remplacement;
- Ne faites pas brûler de feuilles, de branches ou d'autres résidus de jardinage;
- Envisagez la possibilité de faire partie d'un comité de citoyens pour faire valoir votre droit de respirer un air plus pur dans votre collectivité;
- Passez du temps à parler avec vos enfants de l'importance d'un style de vie durable.

Le rôle de Santé Canada

Les travaux de recherche effectués par Santé Canada sur les effets à long terme du smog jouent un rôle important dans l'élaboration de normes canadiennes relatives aux matières particulaires et à l'ozone au niveau du

sol. Adoptées en juin 2000, ces normes sont une étape importante dans la réduction des effets néfastes du smog sur notre santé.

Santé Canada continuera à étudier les effets à court et à long terme de l'exposition à des polluants qui produisent du smog. Ces études donneront lieu à d'autres normes et lignes directrices visant à protéger les Canadiennes et les Canadiens contre les effets néfastes du smog.

Pour en savoir plus?

Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec :

Effets sur la santé de la pollution atmosphérique, Programme de la sécurité des milieux
275, rue Slater, PL3807B
Ottawa (Ontario), K1A 0K9
Tél : 613-957-1876

Ou consultez les sites suivants :

Santé Canada - Division des effets de l'air sur la santé
<http://www.hc-sc.gc.ca/air>

Santé Canada - Bureau du changement climatique et de la santé
http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/bccs/tableau_8_effet.htm

Votre santé et vous - Dioxines et furanes
<http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/environnement/dioxine.html>

Site d'Environnement Canada sur la pollution de l'air
http://www.ec.gc.ca/air/introduction_f.cfm
Tél : 819-997-2800 ou 1-800-668-6767

Des articles supplémentaires de *Votre santé et vous* se retrouvent à ce site:
<http://www.santecanada.ca/vsv>
Vous pouvez également téléphoner au (613) 957-2991