



HUMIDITÉ, CHAMPIGNONS ET MOISSISSURE DANS L'AIR INTÉRIEUR

Enjeu

La faible ventilation naturelle, l'excès d'humidité, l'emploi de produits chimiques et divers autres facteurs peuvent compromettre la qualité de l'air dans votre résidence ou votre lieu de travail et entraîner certains problèmes de santé comme des symptômes respiratoires et des allergies.

Contexte

Les Canadiens passent en moyenne 90 % de leur temps à l'intérieur. La qualité de l'air à l'intérieur est donc de toute première importance. L'humidité dans votre résidence est propice à l'apparition de moisissures et favorise l'éclosion d'acariens détriticoles. À moins d'utiliser un aspirateur doté de filtres de haute efficacité, les planchers, les tapis et le rembourrage des meubles accumulent des spores de moisissure, des bactéries et des allergènes.

L'excès d'humidité, les fuites dans l'immeuble, la cuvette ramasse-gouttes du réfrigérateur, les surfaces de la salle de bain et les inondations peuvent être propices à l'apparition de moisissures. Les odeurs de moisi provenant de matériaux comme les tapis, le bois et les plaques de plâtre font état de la présence de champignons. L'eau stagnante dans les humidificateurs et les climatiseurs favorise la croissance des bactéries et des champignons. Les filtres à air ramassent aussi la poussière et d'autres contaminants.

Une des principales causes de la mauvaise qualité de l'air intérieur est le

manque d'air frais, c'est-à-dire un échange d'air trop faible entre l'intérieur et l'extérieur. Là où il y a beaucoup de vapeur d'eau, comme dans les salles de bain, l'installation d'un ventilateur pourrait être nécessaire afin d'éliminer l'excès d'humidité.

Les risques liés à la mauvaise qualité de l'air

Les contaminants que l'on retrouve le plus souvent dans des immeubles humides sont liés à plusieurs problèmes de santé, y compris des maladies comme l'asthme, la rhinite allergique et des symptômes non spécifiques comme la toux, une respiration pénible ou des maux de têtes.

Les moisissures sont des champignons filamenteux qui croissent dans des environnements humides. Les spores de moisissure contiennent des allergènes et des irritants. Les personnes habitant des résidences où la moisissure se développe sont à plus haut risque de souffrir d'asthme ou de symptômes respiratoires.

Les virus se retrouvent également à l'intérieur mais ceux-ci ne survivent pas longtemps dans l'air. D'habitude, les infections virales sont le fruit d'un contact avec des personnes infectées.

Réduisez les risques

Il est relativement facile d'améliorer la qualité de l'air intérieur. Voici quelques mesures que vous pouvez prendre :

- Contrôler le taux d'humidité et laisser entrer davantage d'air dans votre résidence pour éviter la formation de condensation sur les murs et sur les fenêtres. Là où il y a beaucoup de vapeur d'eau, comme dans les salles de bain, l'installation d'un ventilateur pourrait être nécessaire afin d'éliminer l'excès d'humidité;
- Mesurer le taux d'humidité avec un hygromètre (indicateur d'humidité) permettant de déterminer s'il vous faut un humidificateur. Il est recommandé de garder l'humidité relative de votre résidence à 50 % durant l'été et à 30 % durant l'hiver;
- Réparer les fuites provenant des toits, des murs et du sous-sol;
- Nettoyer les surfaces attaquées par la moisissure avec un produit détergent;
- Garder votre résidence propre et exempte de poussière;
- Nettoyer et désinfecter régulièrement les humidificateurs et les climatiseurs.

Si le taux d'humidité est trop élevé ou que vous remarquez un problème de contamination, consultez vos services de santé provinciaux ou régionaux. Consultez la liste des ressources ci-dessous pour plus de renseignements sur ce problème. Consultez votre médecin si vous croyez qu'un membre de la famille a des problèmes de santé causés par la mauvaise qualité de l'air intérieur.

Rôle du gouvernement du Canada

Santé Canada a publié un certain nombre de dépliants et de rapports traitant de la qualité de l'air intérieur. La Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) met également à votre disposition plusieurs publications qui indiquent diverses façons de réduire l'humidité dans les résidences et d'améliorer la qualité de l'air intérieur.

Santé Canada et la SCHL mènent présentement un projet de recherche conjoint sur la qualité de l'air dans les résidences. Ce projet porte sur les effets sur la santé des produits chimiques et des toxines attribuables à la moisissure, aux bactéries et autres contaminants.

Pour en savoir plus?

Pour plus de renseignements sur les publications disponibles de Santé Canada et du SCHL :

Santé Canada – Publications sur la santé et qualité de l'air au : http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/qualite_air/ressources.htm

L'initiative de recherche sur les substances toxiques de Santé Canada - Qualité de l'air en milieu urbain et exposition des humains aux polluants en suspension dans l'air au : http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/irst/air_urbain.htm

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

La santé environnementale des enfants au : <http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/dsse/index.htm>

Pour plus de renseignements sur les humidificateurs, consultez l'article de *Votre santé et vous* sur les humidificateurs à vapeur froide au : <http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/produits/humidificateurs.html>

Pour obtenir les publications de la SCHL de La série *Votre maison*, composez le 1-800-668-2642, (sans frais) ou consultez au : http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/coreenlo/coprge/insevoma/insevoma_049.cfm

Pour des articles complémentaires sur d'autres sujets, consultez le site Web de *Votre santé et vous* à : <http://www.santecanada.ca/vsv>

Vous pouvez également téléphoner au (613) 957-2991