

Qualité de l'air intérieur

Qualité de l'air intérieur - Généralités

Sur cette page

[Qu'entend-on par qualité de l'air intérieur \(QAI\) en milieu de travail?](#)

[La qualité de l'air intérieur \(QAI\) constitue-t-elle un enjeu de santé et de sécurité?](#)

[Quels sont les contaminants de l'air intérieur?](#)

[Quels sont les symptômes les plus fréquents d'une piètre qualité de l'air intérieur?](#)

[Pourquoi relève-t-on ces symptômes chez certaines personnes seulement?](#)

[Quels sont les problèmes de santé connexes?](#)

[La contamination de l'air est-elle la seule cause de ces symptômes?](#)

[Peut-on développer avec le temps une sensibilité aux contaminants de l'air intérieur?](#)

[Y a-t-il des lois ou des lignes directrices sur la QAI dans les milieux de travail non industriels?](#)

[Pourquoi ne peut-on pas utiliser les limites d'exposition professionnelle aux substances chimiques pour les contaminants de l'air intérieur?](#)

[Que doit-on faire si on croit que les malaises sont attribuables à une piètre qualité de l'air intérieur?](#)

[Quand dois-je commencer à soupçonner que la QAI peut être un problème?](#)

[Qui devrait effectuer l'enquête?](#)

[Comment enquêter sur les éventuels problèmes de QAI?](#)

[À quoi ressemble une liste de vérification pour les inspections de la QAI?](#)

[Quels renseignements le schéma des plaintes peut-il révéler?](#)

[À quoi ressemble une grille d'évaluation et de résolution de problèmes relative à la QAI?](#)

[Quel exemple d'enquête sanitaire pour déterminer si la qualité de l'air intérieur est liée aux problèmes signalés?](#)

[Quelles sont les six stratégies de base en matière de gestion de la QAI?](#)

[Quand dois-je demander une aide professionnelle?](#)

Qu'entend-on par qualité de l'air intérieur (QAI) en milieu de travail?

Les problèmes de qualité de l'air intérieur (QAI) résultent des interactions entre les matériaux de construction et le mobilier, les activités à l'intérieur du bâtiment, le climat et les occupants du bâtiment.

Selon le Comité canadien sur la qualité de l'air intérieur et les bâtiments, un environnement intérieur sain est un environnement qui contribue à la productivité, au confort et à un sentiment de santé et de bien-être. Une bonne QAI comprendra un air qui :

- est exempt de niveaux inacceptables de contaminants, comme les produits chimiques et les produits connexes, les gaz, les vapeurs, les poussières, les moisissures, les champignons, les bactéries, les odeurs, etc.
- offre un environnement intérieur confortable, notamment en termes de température, d'humidité, de circulation de l'air, d'apport suffisant d'air extérieur, etc.

Pour maintenir une qualité d'air acceptable, un milieu de travail doit maintenir l'assainissement et reconnaître et corriger rapidement les problèmes liés à l'eau . Le maintien d'une bonne qualité de l'air exige des efforts de la part du personnel du bâtiment et des occupants.

NOTE : Ce document Réponses SST porte sur les lieux de travail non industriels.

La qualité de l'air intérieur (QAI) constitue-t-elle un enjeu de santé et de sécurité?

La qualité de l'air intérieur (QAI) est une question importante en matière de santé et sécurité en milieu de travail.

Parmi les enjeux couramment associés à la QAI, citons :

- Les systèmes de chauffage et de ventilation inadéquats ou mal entretenus.
- La contamination attribuable aux matériaux de construction, aux colles, aux fibres de verre, aux panneaux de particules, aux peintures, aux produits chimiques, etc.
- L'augmentation du nombre d'occupants d'un bâtiment et du nombre d'heures passées à l'intérieur

Lorsque l'air intérieur n'est pas de bonne qualité, il peut y avoir des problèmes comme les suivants :

- augmentation des problèmes de santé (par exemple, irritations des yeux et des voies respiratoires) et, dans de rares cas, des problèmes de santé plus graves (par exemple, empoisonnement au monoxyde de carbone);
- absentéisme et perte de productivité;
- relations tendues entre les employés et les employeurs.

Quels sont les contaminants de l'air intérieur?

Voici des exemples de contaminants courants de l'air intérieur et de leurs principales sources :

- Dioxyde de carbone (CO₂), provenant des occupants du bâtiment et de la combustion de combustibles (p. ex. chaudières au gaz et à l'huile, dispositifs de chauffage).
- Monoxyde de carbone (CO) – provenant des gaz d'échappement des véhicules introduits dans le bâtiment par l'intermédiaire des prises d'air.
- Poussières, fibres de verre, amiante, gaz (y compris le formaldéhyde) provenant des matériaux de construction.
- Vapeurs, composés organiques volatils (COV) - provenant des photocopieuses et des imprimantes, des ordinateurs, des tapis, des meubles, des nettoyants et des désinfectants, des solvants, des pesticides, des désinfectants, des colles, des calfeutrages, des peintures, etc.
- Acariens provenant des tapis, tissus, coussins de siège en mousse.
- Contaminants microbiens, champignons, moisissures, bactéries provenant des zones humides, des matériaux mouillés ou humides, des bacs d'eau stagnante, des bacs de récupération de la condensation, etc..
- Ozone provenant des photocopieuses, des moteurs électriques, des purificateurs d'air électrostatiques.
- Autres sources: fumée du tabac, parfum, odeur corporelle, nourriture, etc.

Quels sont les symptômes les plus fréquents d'une piètre qualité de l'air intérieur?

Les problèmes de QAI ne touchent pas tout le monde de la même manière. Lorsqu'il y a un problème, les gens signalent souvent un ou plusieurs des symptômes suivants:

- Sécheresse et irritation des yeux, du nez, de la gorge et de la peau
- Maux de tête
- Fatigue
- Essoufflement
- Hypersensibilité et allergies
- Congestion des sinus
- Toux et éternuements
- Étourdissements
- Nausée

En général, les gens prennent conscience de leurs symptômes après plusieurs heures passées au travail, et se sentent mieux après avoir quitté l'immeuble ou après une fin de semaine ou des vacances.

Plusieurs de ces symptômes peuvent également être causés par d'autres affections, notamment par un rhume banal ou la grippe, et ne sont pas nécessairement le résultat d'une mauvaise qualité de l'air. Ces affections peuvent rendre plus difficile l'identification et la résolution des problèmes liés à la qualité de l'air.

Pourquoi relève-t-on ces symptômes chez certaines personnes seulement?

Comme c'est le cas pour toute maladie professionnelle, les gens ne montrent pas tous les mêmes symptômes et ils peuvent être affectés à des degrés divers. Certaines personnes peuvent être plus sensibles que d'autres, ou présenter des problèmes de santé préexistants. Des personnes peuvent être exposées davantage aux contaminants présents dans le bâtiment et éprouver des symptômes plus rapidement que d'autres. Les symptômes apparaîtront souvent plus tôt chez les sujets les plus sensibles ou les plus exposés, ou qui présentent des symptômes plus graves.

À mesure que la qualité de l'air se dégrade ou que la durée de l'exposition augmente, le nombre de gens touchés tend cependant à augmenter et les symptômes, à s'aggraver.

Quels sont les problèmes de santé connexes?

Les occupants des immeubles malsains font état d'un large éventail de problèmes de santé. Des problèmes de santé et des maladies peuvent se développer peu de temps après l'exposition, où l'exposition à d'autres contaminants peut avoir des effets sur la santé à l'avenir. La [maladie du légionnaire](#) est un exemple de ce genre de maladies causées par des bactéries qui peuvent contaminer le système de conditionnement d'air des immeubles.

Une proportion des travailleurs peuvent réagir à certaines substances chimiques présentes dans l'air intérieur, dont chacune peut être présente à de très faibles concentrations. Ce genre de réactions peuvent dénoter un trouble appelé [hypersensibilité environnementale](#) ou polysensibilité aux produits chimiques.

Certaines maladies ont également été liées à des contaminants de l'air ou à des environnements intérieurs particuliers ou ont été aggravées par ceux-ci, comme l'asthme associé aux environnements intérieurs humides. En outre, l'exposition à certains produits, comme l'[amiante](#) et le [radon](#), peut ne pas provoquer de symptômes immédiats, mais peut entraîner un cancer après de nombreuses années d'exposition.

La contamination de l'air est-elle la seule cause de ces symptômes?

Non. La sensation d'inconfort et la maladie peuvent être associées à plusieurs facteurs de l'environnement intérieur global. Parmi les autres causes courantes peuvent figurer les niveaux sonores, le confort thermique (température, humidité et circulation de l'air), l'éclairage, les caractéristiques ergonomiques, et les aspects psychologiques du travail (stress, charge de travail, etc.). Il importe d'examiner toutes les causes possibles lorsqu'on évalue une plainte.

Au nombre des autres documents Réponses SST portant sur le sujet figurent les suivants :

- [Bruits en milieu de travail – Notions de base](#)
- [Confort thermique au bureau](#)
- [Ergonomie au bureau – Malaise oculaire chez les travailleurs de bureaux](#)
- [Ergonomie](#)
- Éclairage ergonomique – [Généralités](#)
- Santé mentale – [Introduction](#)
- Santé et sécurité psychologiques - [Évaluation des risques psychosociaux](#)

Peut-on développer avec le temps une sensibilité aux contaminants de l'air intérieur?

Cela semble possible. Certaines personnes qui n'étaient pas sensibles aux problèmes de QAI pendant les premières années d'exposition peuvent le devenir avec le temps.

Y a-t-il des lois ou des lignes directrices sur la QAI dans les milieux de travail non industriels?

De nombreuses régions administratives au Canada n'ont adopté aucune législation particulière sur les questions de qualité de l'air intérieur dans les milieux de travail non industriels. En l'absence d'une telle législation, c'est la disposition visant « l'obligation générale » de l'employeur qui s'applique. Cette disposition, commune à toutes les législations canadiennes sur la santé et la sécurité au travail, prescrit que l'employeur doit fournir un lieu de travail sûr et sain. C'est donc à l'employeur qu'il incombe de s'assurer de la bonne qualité de l'air.

Plusieurs organisations* ont publié des lignes directrices sur la qualité de l'air intérieur. Le gouvernement du Canada a rédigé plusieurs publications sur la [qualité de l'air](#). Veuillez noter que des niveaux de [référence dans l'air intérieur](#) (NRAI) ont été publiés par Santé Canada et d'autres organismes. D'autres directives recommandent que les contaminants soient maintenus à un niveau égal ou inférieur à un dixième de leur LEMT.

En outre, la QAI est mentionnée ou sous-entendue dans la plupart des codes du bâtiment comme critère de conception et d'exploitation. Les codes du bâtiment et les lois sur la santé et la sécurité au Canada font généralement référence à une version de la norme 62.1 de l'American Society of Heating, Refrigerating, and Air Conditioning Engineers* (ASHRAE) intitulée Ventilation for Acceptable Indoor Air Quality (ou des versions antérieures), ou à d'autres normes acceptables.

Veuillez consulter les réponses SST [Qualité de l'air intérieur - Législation](#) pour plus de détails.

(* Nous mentionnons ces organisations parce qu'elles peuvent fournir des références potentiellement utiles. Vous devez les contacter directement pour en savoir davantage sur les informations qu'elles transmettent et les services qu'elles offrent.)

Pourquoi ne peut-on pas utiliser les limites d'exposition professionnelle aux substances chimiques pour les contaminants de l'air intérieur?

Les limites de concentration des contaminants qui sont précisées dans la législation sur la santé et la sécurité et qui sont appelées limites d'exposition en milieu de travail (LEMT), valeurs limites d'exposition (VLE) ou limites d'exposition admissibles (LEA) :

- s'appliquent aux lieux de travail industriels où la situation des travailleurs (p. ex. âge et conditions préexistantes) n'est pas la même que celle des lieux de travail non industriels;

- sont basées sur une semaine de travail de 40 heures pour la durée de vie d'un travailleur industriel (p. ex. un travailleur dans une usine de fabrication de produits chimiques);
- sont fixées pour protéger les travailleurs contre d'éventuels dangers pour la santé (p. ex. irritation des yeux et du nez) et ne constituent PAS une démarcation nette entre les niveaux d'exposition sûrs et les niveaux d'exposition dangereux.

Ces limites ne conviennent pas :

- au contrôle de la qualité de l'air des lieux de travail non industriels (p. ex. bureaux ou domiciles);
- au contrôle de la qualité de l'air dans les collectivités;
- à toute personne qui n'a pas été formée à l'hygiène industrielle.

Par conséquent, il n'est pas recommandé d'utiliser les limites d'exposition en milieu de travail (LEMT) « ordinaires », telles que les VLE et les LEA, pour déterminer si la qualité générale de l'air intérieur répond à une certaine norme. Les LEMT se fondent sur des données dose-réponse qui révèlent les effets sur la santé d'une exposition répétée à un produit chimique particulier. Des données similaires ne sont pas disponibles pour les expositions à long terme et de faible niveau à une combinaison de contaminants, comme c'est le cas pour de nombreuses situations de QAI.

Que doit-on faire si on croit que les malaises sont attribuables à une piètre qualité de l'air intérieur?

Si vous croyez être malade à cause de problèmes de QAI, il est important de noter à quels moments vos symptômes (courbatures, douleurs, maux de tête, etc.) apparaissent et disparaissent. Ce relevé aidera votre agent de santé et de sécurité ou le professionnel de la santé à mieux cerner l'origine du problème. Il serait peut-être bon aussi de parler de vos symptômes à votre médecin pour écarter tout lien à un autre état pathologique.

Comme pour tout autre problème de santé et de sécurité au travail, vous pouvez faire part de vos préoccupations au représentant de la santé et de la sécurité, au comité de santé et de sécurité, à votre superviseur, au coordonnateur de la santé et de la sécurité, à l'hygiéniste industriel ou à tout autre membre de votre entreprise responsable de la santé et de la sécurité.

Le [gouvernement de votre province ou de votre territoire](#) peut également être en mesure de fournir de l'information et des conseils sur la santé et la sécurité au travail.

Quand dois-je commencer à soupçonner que la QAI peut être un problème?

Lorsqu'il y a un problème de QAI, les gens peuvent éprouver divers problèmes de santé qui sont énumérés ci-dessus. Dans la mesure où de nombreux symptômes sont très similaires à ceux que l'on ressent lorsqu'on attrape un rhume ou la grippe, il est souvent difficile de dire avec certitude si l'air intérieur est la cause des symptômes.

Cependant, il serait prudent d'enquêter sur la QAI si des personnes commencent à manifester ces symptômes quelques heures après le début de la journée de travail et se sentent mieux après avoir quitté le bâtiment, ou après un week-end ou des vacances. En outre, si de nombreuses personnes signalent des symptômes similaires, ou si toutes les personnes signalant des symptômes travaillent dans la même zone d'un bâtiment, la qualité de l'air doit être mise en cause.

Qui devrait effectuer l'enquête?

Plusieurs personnes peuvent jouer un rôle dans la résolution d'un problème de QAI, y compris le propriétaire du bâtiment, l'employeur, le gestionnaire immobilier et les occupants. La personne qui mène votre enquête dépendra de votre milieu de travail, mais en général, vous devriez avoir une personne qui dirige l'enquête, et peut-être une petite équipe, y compris un représentant du comité de santé et de sécurité au travail, ou du syndicat, si nécessaire. L'expertise de beaucoup d'autres personnes, comme le personnel de santé et de sécurité ou d'entretien des bâtiments, ainsi que l'expérience de chaque personne dans le lieu de travail seront toutes importantes pour trouver la cause profonde de votre problème de QAI.

Comment enquêter sur les éventuels problèmes de QAI?

Malheureusement, il est souvent difficile d'en déceler la source ou la cause. Voici, entre autres, les mesures à prendre, qui pourraient cependant varier d'une situation à l'autre :

- Effectuer une inspection visuelle sommaire.
- Examiner les plaintes pour déterminer s'il y a un schéma récurrent.
- Inspecter le système de ventilation pour voir s'il fonctionne correctement (p. ex. bon équilibre entre l'air frais et l'air de reprise, distribution adéquate, bon fonctionnement des systèmes de filtration, etc.).
- Rechercher les causes possibles (p. ex. source d'un produit chimique, rénovations, moisissures, etc.).
- Confirmer que les symptômes ne sont pas attribuables à des causes courantes telles que le bruit, le niveau de confort thermique, l'humidité, l'ergonomie, l'éclairage, etc.
- Effectuer un sondage pour déterminer exactement les conditions et pratiques les originaires et les causes de travail.

- Songer à demander de l'aide d'un professionnel qualifié ou l'exécution d'une analyse de la qualité de l'air par ce dernier.

À quoi ressemble une liste de vérification pour les inspections de la QAI?

Voici un exemple de liste de vérification pour les inspections. Adaptez ou modifiez cette liste de contrôle pour qu'elle corresponde au mieux à vos besoins.

Liste de vérification d'inspection préliminaire	
Inspecteur(s):	
Lieu/Service:	Date:
OBSERVATIONS GÉNÉRALES	SOURCES INTÉRIEURES
<p>Murs, plafonds et plancher</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sans moisissures <input type="checkbox"/> Plantes d'intérieur sans moisissure ni odeur <input type="checkbox"/> Surfaces exemptes de poussières <input type="checkbox"/> Thermostats dans les bureaux fermés <input type="checkbox"/> Propreté des douches <p>Zones de travail/général</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Postes de travail divisés par des écrans ou autres séparateurs <input type="checkbox"/> La hauteur de l'écran est inférieure à 1,5 m <input type="checkbox"/> Les écrans ne touchent pas le sol <input type="checkbox"/> Preuve de fuites d'eau <input type="checkbox"/> Zones poussiéreuses <input type="checkbox"/> Mauvais éclairage (c.-à-d. lumières tamisées, scintillantes ou trop vives) <input type="checkbox"/> Courants d'air près des fenêtres ou des portes <input type="checkbox"/> Odeurs <p>Diffuseurs</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sans obstruction <input type="checkbox"/> État (pas de moisissure, poussière, saleté) <p>Louvres d'évacuation d'air</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sans obstruction <input type="checkbox"/> État (pas de moisissure, poussière, saleté) <p>Emplacement des sources potentielles de contamination (pas à moins de 3 m du poste de travail)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Photocopieurs <input type="checkbox"/> Garage de stationnement <input type="checkbox"/> Stockage du papier <input type="checkbox"/> Stockage de produits chimiques (par exemple, produits de nettoyage) <input type="checkbox"/> Cuisines ou kitchenettes <input type="checkbox"/> Déchets ou ordures 	<p>Gaz and vapeurs</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Brûleurs à gaz <input type="checkbox"/> Chauffage au gaz <input type="checkbox"/> Radiateurs à gaz sur pied <input type="checkbox"/> Installations de stockage de produits dangereux <input type="checkbox"/> Nouveaux matériaux de construction ou ameublement présents <p>Sources Extérieures</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Emplacement de la prise d'air extérieur (près du garage de stationnement, du quai de chargement, etc.) <input type="checkbox"/> Qualité de l'air extérieur (fumée, smog, opérations industrielles à proximité) <p>Système CVC (Ventilation)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Prise d'air extérieur adéquate <input type="checkbox"/> Propreté des conduits et du plénum <input type="checkbox"/> Horaire de fonctionnement (permet suffisamment d'échanges avant que les niveaux d'occupation n'augmentent) <input type="checkbox"/> Programme de maintenance préventive en place <input type="checkbox"/> Les filtres sont exempts de dommages <input type="checkbox"/> Bacs sans boue <input type="checkbox"/> Les filtres ont la taille et l'efficacité correctes pour l'unité <input type="checkbox"/> Conduits exempts de moisissure <input type="checkbox"/> Ventilateurs exempts de dépôts d'eau dure <input type="checkbox"/> Bacs à condensats exempts de dépôts <input type="checkbox"/> Serpentins de refroidissement sans boue <input type="checkbox"/> Absence d'odeurs de moisi <p>Entretien et Aménagement</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Fenêtres qui peuvent s'ouvrir <input type="checkbox"/> Rénovations récentes <input type="checkbox"/> Changements dans la conception de l'utilisation des occupants et des activités actuelles <input type="checkbox"/> Zones de travail repeintes <input type="checkbox"/> Odeurs perceptibles

Quels renseignements le schéma des plaintes peut-il révéler?

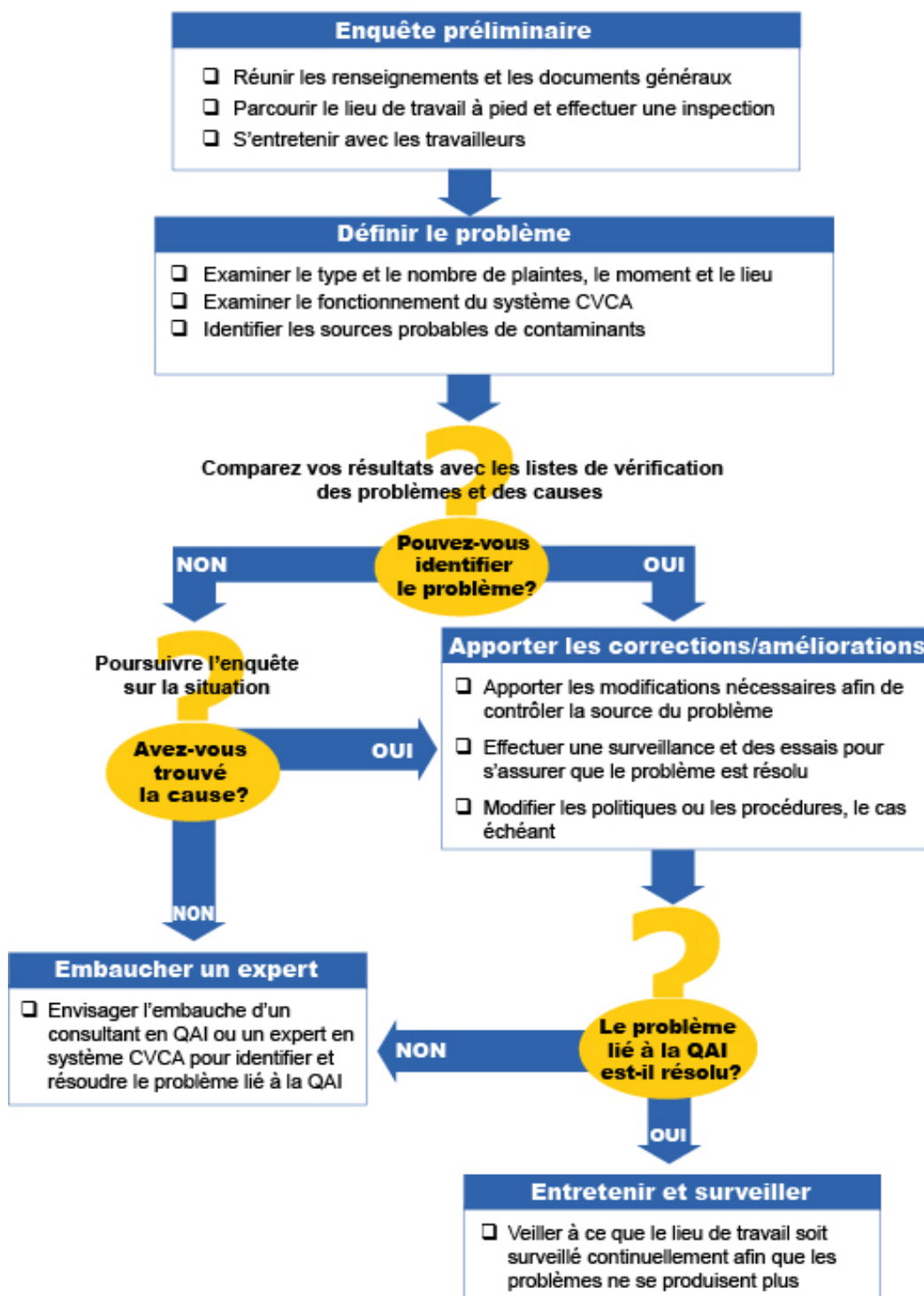
Schéma de plainte	Source ou cause possible
Généralisé – pas de schéma	<ul style="list-style-type: none"> • Vérifier le fonctionnement et la présence de moisissures, etc. dans l'ensemble du système CVC. • Vérifier que les prises d'air ne sont pas contaminées ou mal placées. • Rechercher des sources présentes dans tout le bâtiment, comme les produits de nettoyage. • Tenir compte d'autres facteurs comme l'éclairage, le bruit, etc.
Localisé – les rapports proviennent d'une seule pièce ou d'une seule zone de CVCA	<ul style="list-style-type: none"> • Vérifier le système CVC dans la zone touchée. • Vérifier s'il y a plusieurs entrées d'air dans le bâtiment et si l'une d'entre elles peut présenter un problème. • Rechercher les lieux où sont entreposés le matériel, les produits de nettoyage ou l'équipement qui est spécialement destiné à cette zone. • Demander s'il y a eu des changements dans cette zone récemment, comme des travaux de construction, l'ajout de nouveaux articles, etc.
Individuel	<ul style="list-style-type: none"> • Vérifier s'il y a des courants d'air, des pertes ou des gains de chaleur, et d'autres problèmes de température ou de ventilation (comme une ventilation obstruée). • Demander s'il y a eu des changements dans cette zone récemment.
Les symptômes se manifestent au début du quart de travail	<ul style="list-style-type: none"> • Examiner le fonctionnement du système CVCA. Par exemple, un contaminant peut s'accumuler lorsque le bâtiment n'est pas occupé ou lorsque le système CVCA a fonctionné à un niveau réduit pendant la nuit.
Les symptômes s'aggravent durant une certaine période (la journée ou le quart de travail)	<ul style="list-style-type: none"> • S'assurer que le système CVCA a la capacité de prendre en charge le nombre de personnes présentes et les activités qui se déroulent pendant que le bâtiment est occupé.

Symptômes intermittents	<ul style="list-style-type: none">• Rechercher des schémas dans les changements horaires, quotidiens, hebdomadaires ou saisonniers.• Déterminer si les symptômes se manifestent lors d'événements météorologiques particuliers.• Déterminer si des activités occasionnelles comme le cirage ou le nettoyage des sols, le passage de l'aspirateur, la peinture, etc. se produisent à ces moments-là.
Événement unique	<ul style="list-style-type: none">• Déterminer s'il y a eu un événement particulier, comme un déversement ou une réparation de l'équipement.

Adapté du gouvernement de l'Alberta (2009). [Indoor air Quality Tool kit](#)

À quoi ressemble une grille d'évaluation et de résolution de problèmes relative à la QAI?

Grille d'évaluation et de résolution de problèmes



Quel exemple d'enquête sanitaire pour déterminer si la qualité de l'air intérieur est liée aux problèmes signalés?

Nous donnons ci-dessous un exemple de questionnaire qui pourrait servir à cerner un problème lié à la qualité de l'air intérieur dans un bureau ou un immeuble.

- Utiliser ce questionnaire en consultation avec un professionnel de la santé et de la sécurité ou un autre spécialiste en la matière.

- Modifier ou adapter le questionnaire en fonction des conditions et des pratiques professionnelles propres à son milieu de travail.
- Analyser les réponses de concert avec un spécialiste.

EXEMPLE DE QUESTIONNAIRE SUR L'ÉTAT DE SANTÉ (d'après le; [Guide de santé sécurité sur la qualité de l'air intérieur](#), préparé par le CCHST)

Enquête sur la santé – Confidentiel	
Nom :	Service/poste :
Date de l'enquête :	Intervieweur (le cas échéant) :
Lieu de travail/aire du bâtiment	
Renseignements généraux :	
Depuis combien de temps occupez-vous cet emploi? _____ année(s).	
À quel endroit au travail passez-vous la majeure partie de votre temps?	
Des modifications ont-elles été apportées à votre bureau récemment? P. ex. un nouvel emplacement, des rénovations, des travaux de nettoyage.	
Symptômes et profils :	
Indiquez tous les symptômes ou malaises que vous ressentez :	
<input type="checkbox"/> Mal de tête <input type="checkbox"/> Nausée <input type="checkbox"/> Étourdissement <input type="checkbox"/> Lassitude <input type="checkbox"/> Irritation des yeux, du nez ou de la gorge <input type="checkbox"/> Troubles respiratoires <input type="checkbox"/> Toux <input type="checkbox"/> Éternuements <input type="checkbox"/> Respiration sifflante <input type="checkbox"/> Essoufflement	<input type="checkbox"/> Vision embrouillée <input type="checkbox"/> Congestion des sinus <input type="checkbox"/> Difficulté dans la concentration <input type="checkbox"/> Douleur ou inconfort : <input type="checkbox"/> dos <input type="checkbox"/> cou <input type="checkbox"/> mains <input type="checkbox"/> épaules <input type="checkbox"/> poignets <input type="checkbox"/> Autre _____
Éprouvez-vous d'autres problèmes de santé susceptibles d'aggraver vos symptômes? P. ex. des allergies, des troubles du système immunitaire, une maladie cardiovasculaire chronique ou une maladie respiratoire.	
Avez-vous consulté un médecin au sujet de vos symptômes? <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non (Désirez-vous fournir des précisions?)	

Enquête sur la santé – Confidentiel		(suite)
Temps :		
Quand avez-vous pris conscience de ces symptômes et à quelle fréquence se produisent-ils?		
Lorsque vous avez pris conscience des symptômes, depuis combien de temps étiez-vous au travail?		
<input type="checkbox"/> Moins de 1 heure <input type="checkbox"/> De 2 à 4 heures <input type="checkbox"/> Plus de 4 heures <input type="checkbox"/> 1 journée <input type="checkbox"/> Après __ jours		
Y a-t-il eu un changement concernant vos symptômes ou votre profil? <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
Dans l'affirmative, veuillez préciser :		
Quand les symptômes disparaissent-ils?		
<input type="checkbox"/> Au cours de la nuit <input type="checkbox"/> Après une semaine <input type="checkbox"/> Rarement/jamais Pouvez-vous fournir plus de détails?		
La douleur ou le malaise vous oblige-t-il à vous absenter du travail? <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
Savez-vous si d'autres personnes ressentent les mêmes symptômes ou ont des préoccupations similaires? <input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non		
Dans l'affirmative, veuillez préciser.		
Causes soupçonnées ou potentielles :		
Fournir des précisions sur les points suivants qui s'appliquent à vous :		
<input type="checkbox"/> Y a-t-il des odeurs inhabituelles? <input type="checkbox"/> L'air vous semble-t-il malsain? <input type="checkbox"/> L'air est-il sec? <input type="checkbox"/> L'air est-il poussiéreux? <input type="checkbox"/> Prenez-vous des chocs à cause de l'électricité statique?	<input type="checkbox"/> La température est-elle trop élevée dans le lieu de travail? <input type="checkbox"/> La température est-elle trop basse dans le lieu de travail? <input type="checkbox"/> La température varie-t-elle d'une pièce à l'autre? <input type="checkbox"/> Y a-t-il des courants d'air à votre poste de travail?	

Quelles sont les six stratégies de base en matière de gestion de la QAI?

Le Comité canadien sur la qualité de l'air intérieur et les bâtiments recommande les six stratégies suivantes pour contrôler la qualité de l'air intérieur :

La gestion des sources est l'action qui consiste à cibler, éviter et isoler ou éliminer une source de contamination de l'air. Cette stratégie est l'une des plus importantes parce qu'elle s'attaque aux causes premières des problèmes de QAI. Par exemple, des politiques devraient être mises en œuvre pour la sélection de moquettes, de meubles et d'équipements ayant un faible taux d'émission de contaminants.

L'évacuation locale consiste à éliminer les sources ponctuelles de polluants avant que ces derniers se dispersent dans l'air intérieur en évacuant l'air contaminé directement à l'extérieur. Les aires où l'évacuation locale est utilisée incluent les toilettes et les aires de préparation des aliments. Les autres emplacements où des polluants émanent de points spécifiques et peuvent être facilement évacués incluent les locaux de stockage et les locaux de photocopie.

La ventilation introduit de l'air extérieur dans un bâtiment afin de déloger ou de diluer les contaminants contenus dans l'air intérieur. De manière générale, les codes du bâtiment locaux précisent la quantité (et parfois la qualité) de l'air extérieur qui doit être fourni de façon continue à une aire occupée. Pour les activités comme la peinture ou en cas de déversements de produits chimiques, une augmentation temporaire de la ventilation peut aider à diluer la concentration d'émanations nocives dans l'air. En pareil cas, il est conseillé de réduire ou d'éliminer l'air de recirculation. La ventilation ne doit pas être considérée comme une solution en remplacement de pratiques de travail appropriées et d'autres mesures qui éliminent ou réduisent la source originelle de polluants. La ventilation est plus efficace lorsqu'elle est appliquée à une installation bien conçue et gérée.

La gestion de l'exposition inclut le choix du moment et de l'emplacement de l'occupation d'un bâtiment afin de réduire à un minimum l'exposition aux contaminants aériens dégagés intentionnellement. Par exemple, le meilleur moment pour décaper et cirer des planchers pourrait être pendant les fins de semaine. Cet horaire permettrait l'évacuation des gaz générés par les produits utilisés, ce qui réduirait les odeurs ou les contaminants dans l'air lorsque le bâtiment est occupé. Cette stratégie peut exiger un réglage des débits de ventilation, qui sont souvent réduits pendant les fins de semaine et au cours d'autres périodes où le bâtiment est inoccupé.

Le nettoyage de l'air est la capture des particules dans l'air. Divers types et niveaux de filtration de particules sont normalement inclus dans les systèmes de ventilation. L'extraction des contaminants gazeux est également possible, mais les types de systèmes nécessaires sont dans la plupart des cas complexes et dispendieux, et leur utilisation devrait être évaluée au cas par cas.

L'éducation des occupants du bâtiment aux questions de QAI est cruciale. De l'information doit être fournie aux gens sur les sources de contaminants et les effets de ces derniers (y compris ceux sur lesquels ils peuvent agir), et sur le bon fonctionnement du système de ventilation. Ces connaissances permettront aux occupants de mieux comprendre leur environnement intérieur et de prendre des mesures pour réduire leur exposition personnelle et améliorer la QAI générale.

Quand dois-je demander une aide professionnelle?

Si le problème persiste même après avoir repéré et corrigé certains problèmes, vous pouvez demander l'aide d'un professionnel. Vous pouvez également avoir besoin d'aide si le problème nécessite une attention immédiate et que vos ressources sont limitées, ou si votre enquête ne révèle pas de causes possibles.

Comment choisir un conseiller en QAI?

Il n'existe aucune exigence légale pour qu'une personne soit désignée comme conseiller en qualité de l'air intérieur. Il incombe au client de trouver un conseiller compétent, qualifié par ses études, ses connaissances et son expérience.

Lorsque vous engagez un conseiller, évaluez ses antécédents professionnels, y compris sa formation, ses titres de compétences, la réputation de son entreprise et, surtout, sa capacité à résoudre des situations similaires. Demandez des références.

Pour plus de renseignements, voir la Fiche d'information Réponses SST sur la [sélection et l'embauche d'un conseiller en santé et sécurité au travail](#).

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2022-12-12

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.