

La qualité de l'air intérieur : Composés organiques volatils (COV) Indoor Air Quality: Volatile Organic Compounds (VOCs)

Que sont les composés organiques volatils (COV)?

Les COV sont des gaz qui sont émis par un grand nombre de sources intérieures. La concentration de la plupart des COV est plus élevée dans l'air intérieur que l'air extérieur.

D'où les COV viennent-ils?

Le formaldéhyde, l'un des COV les plus courants, est un gaz incolore possédant une odeur âcre (amère et piquante). Il est souvent présent dans un grand nombre de matériaux de construction tels que le contreplaqué, les panneaux de particules et les colles. On le trouve également dans certains rideaux et tissus, et dans certains types de mousse isolante.

On compte parmi les autres sources de COV des matières combustibles telles que le gaz, le bois et le kérosène, ainsi que les produits du tabac après leur combustion. Les COV peuvent également provenir de produits de soins personnels tels que les parfums et les laques pour les cheveux, les produits de nettoyage, le liquide de nettoyage à sec, les peintures, les laques, les vernis, les articles de bricolage, les photocopieuses et les imprimantes.

Les COV peuvent être émis par des produits pendant leur utilisation et même leur entreposage. Cependant, la quantité de COV émis par un produit tend à diminuer lorsqu'il vieillit.

Quels sont les problèmes de santé causés par les COV?

Les COV comprennent une variété de produits chimiques qui peuvent irriter les yeux, le nez et la gorge et causer l'essoufflement, des maux de tête, de la fatigue, des nausées, des

étourdissements et des problèmes de peau. Des concentrations plus élevées peuvent causer une irritation des poumons, ainsi que des lésions au foie, aux reins et au système nerveux central. L'exposition à long terme peut également causer des dommages au foie, aux reins et au système nerveux central.

On pense que certains COV causent le cancer et il a été démontré que certains le causent chez les humains. Les effets sur la santé dépendent de la concentration et de la durée d'exposition.

La plupart des personnes ne sont pas affectées par l'exposition à court terme aux faibles concentrations de COV présents dans les maisons. Certaines peuvent être plus sensibles, comme les personnes qui souffrent d'asthme. En ce qui a trait à l'exposition à long terme à des niveaux moins élevés, la recherche actuelle se penche sur les effets possibles sur la santé résultant de ces expositions.

Comment éviter d'être exposé aux COV?

Au mieux, vous pouvez éviter d'être exposé aux COV en contrôlant leur source. Utilisez des matériaux et des produits qui n'en émettent pas. En voici des exemples :

- Certains produits de construction émettent moins de COV que d'autres. Choisissez des peintures et des vernis dont l'étiquette indique une faible teneur en COV
- Ne permettez pas que l'on fume dans votre maison ou à proximité. La fumée secondaire contient un grand nombre de matières polluantes, y compris des COV
- Réduisez votre utilisation de produits parfumés comme des modules enfichables ou

des désodorisants en aérosol, des chandelles et de l'encens

- Envisagez l'entreposage de meubles et de matériaux de construction pendant au moins quelques semaines, afin de libérer les gaz avant de les emporter dans votre maison. Si ce n'est pas possible, augmentez la ventilation en ouvrant les fenêtres et les portes dans votre maison pendant quelques semaines
- N'achetez de la peinture, des nettoyeurs et des solvants qu'en quantité suffisante pour une utilisation immédiate, afin d'éviter la nécessité d'entreposer ces produits dans votre maison. Suivez les instructions de l'étiquette du produit. Gardez les couvercles bien fermés. Entreposez les produits dans une pièce séparée comme un cabanon extérieur ou dans des zones qui ont une ventilation adéquate
- Retirez de votre maison les boîtes et les bouteilles qui contiennent des produits comportant des COV si elles sont vieilles ou ne sont plus utilisées. Ne jetez pas de produits inutilisés avec vos ordures ménagères. Veillez à vous en débarrasser de manière sécuritaire et adéquate. Communiquez avec votre municipalité locale ou le Recycling Council of British Columbia à l'adresse www.rcbc.ca pour obtenir de plus amples informations
- Évitez d'apporter des vêtements récemment nettoyés à sec dans votre maison s'ils dégagent une forte odeur. Laissez-les à la boutique ou sortez-les de l'emballage en plastique et suspendez-les dans un endroit ventilé jusqu'à ce qu'ils soient secs

Tapis neufs :

- Si des colles sont nécessaires, sélectionnez celles qui conviennent pour une utilisation à l'intérieur
- Quittez la pièce lors de l'installation d'un tapis

- Aérez la zone autant que possible pendant l'installation à l'aide de ventilateurs et en ouvrant les portes et les fenêtres. Continuez à ventiler pendant plusieurs jours après l'installation

Ventilation :

- Assurez-vous qu'il y ait une entrée suffisante d'air frais et pur dans votre maison en ouvrant les fenêtres
- Aérez en ouvrant les fenêtres et les portes après avoir fait entrer dans votre maison de nouvelles sources de COV, telles que des tapis, meubles ou rideaux neufs
- Respectez les instructions du fabricant lors de l'utilisation de produits chimiques ménagers. Si l'étiquette indique « Utiliser dans des endroits bien aérés », utilisez le produit à l'extérieur ou dans une zone où un ventilateur ou une fenêtre ouverte fournit une ventilation supplémentaire

Pour de plus amples renseignements

Pour de plus amples renseignements sur la qualité de l'air intérieur et la santé, consultez les sites Web suivants :

- Santé Canada – La qualité de l'air www.canada.ca/fr/sante-canada/services/qualite-air.html
- Santé Canada – Composés organiques volatils www.canada.ca/fr/sante-canada/services/qualite-air/contaminants-air-interieur/composes-organiques-volatils.html
- B.C. Lung Association – La qualité de l'air <https://bc.lung.ca/protect-your-lungs/air-quality-lung-health> (en anglais seulement) ou appelez sans frais au 1 800 665-5864



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.