



Ignorer les hypersensibles coûte une fortune à la société

La Commission canadienne des droits de la personne vient de publier une étude historique, Le point de vue médical sur l'hypersensibilité environnementale,¹ signée par le docteur en biochimie Margaret E. Sears. Une initiative applaudie par l'Association pour la santé environnementale, les hypersensibilités et les allergies du Québec (AEHAQ).² « Ce rapport confirme ce que savent déjà les personnes souffrant d'hypersensibilités, dit son président Michel Gaudet: il est essentiel d'éviter les toxines et autres déclencheurs si l'on veut gérer les hypersensibilités environnementales. »

Le Dr Lynn Marshall, représentante du Collège des médecins de famille de l'Ontario (OCFP) et une des collaboratrices de ce rapport, s'est dit impressionnée par la minutie de ce compte-rendu scientifique: « Le rapport sera sûrement très utile pour encourager les médecins et autres professionnels de la santé, ainsi que les employeurs, les assureurs et les gouvernements à prendre rapidement des mesures pour répondre aux besoins urgents de ces patients négligés. » Nous reproduisons le résumé de cette étude dans les pages suivantes. AF



IMAGE: CLAIREOBSCEUREILLUSTRATION.COM

Pour les personnes les plus hypersensibles, respirer un produit parfumé peut aller jusqu'à provoquer une crise d'asthme, selon l'Association pulmonaire canadienne. D'où le nombre croissant de politiques « sans parfum » affichées dans les immeubles et transports en commun.

Les gens réagissent très différemment aux facteurs présents dans leur environnement. Par exemple, nous savons tous que les personnes aux cheveux roux et aux yeux bleus sont sensibles au soleil, et que leur peau brûle plus facilement que les peaux foncées. Ce que l'on sait peut-être moins, c'est que certaines personnes ont des réactions débilitantes à d'autres éléments présents dans l'environnement, comme les produits chimiques ou les phénomènes électromagnétiques.

Ce rapport a été rédigé pour informer les employeurs, les fournisseurs de services et la population canadienne au sujet des aspects médicaux de l'hypersensibilité environnementale. Il expose et résume la littérature scientifique sur ce sujet. Une bibliographie annotée est aussi fournie pour ceux qui seraient intéressés à consulter les documents scientifiques et techniques originaux. Le rapport passe en revue divers sujets de nature médicale, comme la reconnaissance de l'hypersensibilité environnementale et les connaissances sur le sujet; l'éventail de symptômes et de problèmes liés à cette affection; la mise au point de critères diagnostiques solides d'un point de vue scientifique; la recherche médicale et le traitement; les questions touchant les codes du bâtiment et les mesures d'adaptation pour les personnes hypersensibles; les coûts et avantages liés aux mesures d'adaptation en milieu de travail.

On a diagnostiqué une hypersensibilité environnementale chez environ 3 % des Canadiennes et des Canadiens. Ces personnes éprouvent habituellement des troubles neurologiques, et présentent souvent d'autres symptômes comme du larmoiement et de l'écoulement nasal, des maux de tête, de la fatigue, des difficultés respiratoires et digestives. L'hypersensibilité environnementale peut apparaître graduellement à la suite d'une exposition chronique à des concentrations relativement faibles de produits chimiques, comme dans le cas du syndrome des bâtiments malsains, ou encore se manifester soudainement après une exposition majeure, par exemple lors d'une catastrophe écologique ou d'un déversement de produits chimiques. Cette affection peut être provoquée par des facteurs comme les moisissures, les pesticides, les solvants, les produits chimiques qui se dégagent des tapis ou des meubles et les phénomènes électromagnétiques, seuls ou combinés.

Une fois qu'une personne est devenue hypersensible, elle est susceptible de réagir à une gamme plus vaste de facteurs, et ce, à des niveaux d'exposition qu'elle était auparavant en mesure de tolérer et qui causent généralement peu de problèmes chez une majorité de gens. Les symptômes se présentent de nouveau lorsque l'exposition

L'hypersensibilité affecte 12 % des gens

Selon une étude publiée en 2003 par le gouvernement américain,³ 12,6 % de la population rapporte une extrême sensibilité aux faibles doses de produits chimiques et 1,8 % a perdu son emploi à cause de cette condition. Au Canada seulement, les maladies environnementales (hypersensibilité, fatigue chronique, fibromyalgie et syndrome de la Guerre du Golfe) coûteraient 4 milliards de dollars par année (4 x 1 milliard \$) : **1. en pertes de productivité, 2. en taxes perdues, 3. en frais de santé (souvent évitables avec de la prévention et un traitement précoce) et 4. en rentes d'invalidité.**⁴

AF

se répète, et disparaissent avec l'évitement des facteurs environnementaux. L'impact de l'hypersensibilité environnementale sur le rendement des employés varie de léger (p. ex., accoutumance à l'exposition chronique, de façon que le rendement n'est pas optimal, sans être anormal) à grave : il devient alors impossible pour la personne atteinte de travailler.

Pour les personnes hypersensibles, la détection précoce, le contrôle de l'environnement, l'évitement des agents qui provoquent les symptômes, l'élimination des toxines résiduelles présentes dans l'organisme et le recouvrement des processus biologiques normaux sont des conditions essentielles au rétablissement et au maintien d'une bonne santé. Ces personnes demeureront toutefois prédisposées à l'hypersensibilité environnementale leur vie durant.

Reconnaissance croissante

À l'échelle internationale et au sein de nombreux ministères du gouvernement du Canada, l'hypersensibilité environnementale est de plus en plus reconnue. Certaines commissions des accidents du travail indemnisent les personnes souffrant d'hypersensibilité environnementale et d'affections connexes, mais cette pratique n'est pas harmonisée à l'échelle nationale. Les politiques

publiques, les lois et les règlements progressent en vue de protéger les gens contre les facteurs déclencheurs d'hypersensibilité comme la fumée de tabac, les pesticides, parfums et autres produits chimiques présents dans les lieux publics.

Les politiques interdisant le tabagisme, les parfums, les pesticides et la marche au ralenti des véhicules, favorisant plutôt les produits de nettoyage les moins toxiques dans les établissements de soins de santé et autres établissements publics, sont de plus en plus courantes. En outre, le milieu médical milite en faveur de l'élargissement des politiques et des lois. Il se dégage progressivement un consensus dans la collectivité médicale et chez les universitaires, de même que dans le grand public, à savoir que de nombreux produits chimiques ne sont pas aussi inoffensifs qu'on aurait pu le croire. L'hypersensibilité environnementale est aussi de plus en plus reconnue dans le cadre de l'enseignement médical.

La médecine moderne reconnaît, dans le « modèle biopsychosocial » des soins de santé, que le corps et l'esprit sont intimement liés. Toutefois, la controverse demeure quant aux racines physiques ou psychologiques de l'hypersensibilité environnementale et cela a des répercussions tant sur les soins de santé offerts que sur les mesures d'adaptation du milieu de travail. La recherche indique que l'hypersensibilité relève en général de causes physiques, tout en étant associée à de nombreux facteurs neurologiques et psychosociaux qui s'entrelacent. L'élimination des symptômes physiques, par des mesures de salubrité visant le logement, le milieu de travail, l'eau et les aliments, entraîne souvent le soulagement des symptômes psychologiques. Ce premier pas doit précéder toute autre intervention.

Codes de construction déficients

Les lois canadiennes n'imposent pas de normes de construction permettant de protéger les personnes atteintes d'hypersensibilité environnementale. Les codes du bâtiment sont axés sur des sujets comme la résistance des structures. Ils ne tiennent pas compte des mesures influant sur la qualité de l'environnement intérieur, comme le choix des matériaux de construction ou l'imposition d'un délai pour laisser les gaz s'échapper des nouveaux bâtiments avant que ceux-ci puissent être occupés. Dans la mesure où les codes et lignes directrices du bâtiment sont perçus comme suffisants pour protéger la santé et la sécurité, ils constituent des obstacles à la recherche, au développement, à la mise en œuvre et à la prescription de matériaux et de méthodes plus sûrs. Les lignes directrices écologiques englobent une

vaste gamme de mesures environnementales importantes, mais elles ne garantissent pas que la qualité de l'environnement intérieur sera suffisante pour les personnes hypersensibles. Des lignes directrices plus strictes ont été élaborées pour les écoles.

Les mesures d'adaptation pour les personnes souffrant d'hypersensibilité environnementale permettent d'améliorer la qualité du milieu et le rendement des travailleurs, tout en étant susceptibles de prévenir l'apparition d'hypersensibilité chez d'autres personnes. Parce que les manifestations d'hypersensibilité varient grandement d'une personne à une autre, il est recommandé de faire participer l'employé touché à l'identification de mesures d'adaptation permettant de réduire au minimum les expositions qui pourraient lui être nocives sur le lieu de travail.

Les activités de construction, de rénovation, de réparation et d'entretien doivent être menées de façon à réduire le plus possible l'introduction de polluants. Les produits de finition, les meubles et accessoires, et les équipements doivent être faits de matériaux peu toxiques, ne produire pratiquement aucune émission et nécessiter peu d'entretien. Il est possible d'atténuer les problèmes d'humidité structurelle et de moisissures par une conception et une construction adéquates. Ces considérations gagnent en importance compte tenu du désir de conserver l'énergie en réduisant la ventilation.

Les systèmes de ventilation optimisent la qualité et la circulation de l'air, mais ils doivent être entretenus pour éviter la contamination microbienne. La filtration de l'air peut être utile; les filtres nécessitent cependant un entretien fréquent et régulier. Les méthodes de lutte antiparasitaire les moins toxiques sont abordables et efficaces et permettent de réduire au minimum l'exposition aux pesticides.

La mise au point et l'entretien d'équipements et d'infrastructures permettant de limiter le plus possible l'exposition aux rayonnements, aux champs et aux courants électromagnétiques nécessitent que l'on porte attention aux détails et peuvent

engendrer des coûts légèrement plus élevés au départ. Les appareils électriques à haute efficacité énergétique peuvent (mais pas nécessairement) accroître les radiofréquences dans les conducteurs. Une fois qu'ils ont été reconnus, il existe des solutions techniques à ces problèmes. Il est possible que les effets sur la santé de certains paramètres non mesurés et non contrôlés – comme la qualité des signaux électriques, les radiofréquences, les niveaux d'exposition locaux élevés et les courants telluriques – aient contribué à l'absence d'un consensus sur les effets des phénomènes électromagnétiques sur la santé.

L'adaptation d'un milieu de travail peut exiger des rénovations, mais certaines des mesures les plus importantes nécessitent plutôt des changements de comportement, notamment l'usage de produits de nettoyage et de lutte antiparasitaire moins toxiques, et l'évitement des produits parfumés. Contrairement aux mesures d'adaptation «construites ou installées», comme les rampes pour les personnes à mobilité réduite, les mesures destinées aux personnes hypersensibles nécessitent le concours de nombreuses personnes, comme les employeurs, les collègues, les autres personnes présentes dans l'école ou le milieu de travail, les voisins, etc.

Le fait de ne pas tenir compte des personnes souffrant d'hypersensibilité entraîne des coûts élevés pour la société. En outre, la qualité de l'environnement de travail influe sur le rendement, la santé et l'assiduité des employés. En général, les travaux de construction ou de rénovation tenant compte des personnes hypersensibles ne sont pas plus coûteux à long terme, en partie parce que les surfaces dures qui ne dégagent pas d'émanations durent plus longtemps et nécessitent moins d'entretien. L'éducation et les initiatives favorisant les changements de comportement en milieu de travail ne sont pas des mesures coûteuses. Aussi, l'amélioration de l'environnement de travail est-elle une décision judicieuse sur le plan économique, et constitue-t-elle la meilleure option pour la santé des travailleurs.

Références :

1. Rapport de la Commission canadienne des droits de la personne : www.chrc-ccdp.ca/pdf/envsensitivity_fr.pdf
2. www.aeha-quebec.ca
3. www.ehponline.org/press/12pop.html
4. *Cullbridge Marketing*, 2000, pour Judy Spence et l'*Environmental Illness Society of Canada* : www.meridians.ca/section/?page=about_judy