



Collège québécois des médecins de famille
Quebec College of Family Physicians



RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX
DE MONTRÉAL-CENTRE

Direction de la santé publique



FÉDÉRATION
DES MÉDECINS
OMNIPRATICIENS
DU QUÉBEC

David Suzuki Foundation

Finding solutions

15 octobre 2001

Cher(ère) collègue,

Nous vous invitons à vous joindre à un nombre croissant de médecins préoccupés par les problèmes de santé environnementale qui se manifestent partout dans la province.

De quoi nous inquiétons-nous ?

Une étude menée par le gouvernement du Canada en 1998 révèle que, chaque année, jusqu'à 16 000 Canadiens meurent prématurément des effets de la pollution atmosphérique dégagée par l'utilisation des combustibles fossiles. Cela se traduit, au Québec, par une augmentation de 8 % du taux de mortalité durant les épisodes de forte pollution atmosphérique. Mais la pollution atmosphérique aggrave aussi l'asthme et augmente le nombre d'hospitalisations des affections respiratoires et cardiaques chez de nombreux adultes, ainsi que des maladies respiratoires chez les enfants. Toutes ces affections réduisent la qualité de vie.

Notre réponse

La Fédération des omnipraticiens du Québec, la Direction de la santé publique de Montréal-Centre et le Collège québécois des médecins de famille parrainent, en association avec la Fondation David Suzuki, le projet L'Air en question, qui s'attaque aux problèmes sanitaires dus à la pollution atmosphérique et au changement climatique. Nous pouvons donc compter sur une équipe forte.

- La FMOQ, la Direction de la santé publique de Montréal-Centre et le CQMF s'occupent activement des problèmes de qualité de l'air au Québec et veulent fournir aux médecins des ressources aidant à résoudre ces problèmes.
- Notre partenaire pour ce projet, la Fondation David Suzuki, est une organisation scientifique réputée qui s'est engagée à diminuer la pollution atmosphérique et à réduire les changements climatiques. Elle a été fondée par le Dr David Suzuki pour étudier les structures et systèmes en jeu dans les crises environnementales et ainsi mettre au jour les solutions essentielles.

Pourquoi des médecins ?

Les médecins ont toujours été aux premiers rangs des campagnes de santé publique, qu'il s'agisse de la révolution sanitaire, dans la seconde moitié du 19^e siècle, ou des programmes pour le contrôle du tabac et le port du casque de vélo, durant la seconde moitié du 20^e siècle. Au 21^e siècle, les questions de santé environnementale comme la pollution atmosphérique et les changements climatiques sont à présent cruciales.

Les sondages d'opinion révèlent aussi que les médecins sont la source d'information en laquelle on a le plus confiance en matière de santé environnementale.

Des patients se présentent à nous avec des symptômes susceptibles d'avoir été causés ou aggravés par les polluants atmosphériques. Ils ont des idées et des renseignements erronés, à la recherche d'informations exactes et récentes.

Une documentation éducative

Qu'il s'agisse de smog créé par les véhicules moteurs ou de problèmes dus aux particules fines dégagées dans la fumée de bois, la pollution atmosphérique est une source de préoccupation à l'échelle de la province. Nous espérons que cette information saura vous être utile. La trousse ci-jointe vous présente des documents, révisés par des pairs, qui se basent sur la meilleure preuve scientifique disponible.

1. Un sommaire du rapport « **À couper le souffle : Les effets de la pollution atmosphérique et des changements climatiques sur la santé** », qui examine le lien entre la pollution atmosphérique et le changement climatique, ainsi que leur impact sur la santé humaine.
2. Une affiche de **L'Air en question**, accompagnée de dépliants : permettront à vos patients d'apprendre comment la pollution atmosphérique et les changements climatiques les affectent et quelles mesures prendre pour se protéger et réduire les risques à la santé.

Comment vous pouvez nous aider à changer les choses

Nous savons à quel point votre temps est limité. Nous vous invitons à mettre en pratique une partie, ou l'ensemble, des mesures ci-dessous, selon votre disponibilité. Chacune d'entre elles a un impact :

1. Lisez le résumé **À couper le souffle** ci-joint. Procurez-vous une copie intégrale du rapport sur le site web (www.davidsuzuki.org/Publications/Climate_Change_Reports/).
2. Installez l'affiche **L'Air en question** et les dépliants dans votre clinique. Pour obtenir d'autres copies, appeler le 1-800-453-1533.
3. Adressez au premier ministre Bernard Landry une télécopie ou un courriel exprimant (telec: 418-643-3924 ou email: premier.ministre@cex.gouv.qc.ca) votre appui à l'appel de l'Assemblée nationale du Québec à la ratification du Protocole de Kyoto. Invitez-le à faire part au gouvernement fédéral de la nécessité de suivre l'exemple du Québec. Confiez-lui l'inquiétude que suscitent chez vous l'augmentation des émissions, ainsi que l'impact de la pollution atmosphérique et des changements climatiques sur vos patients et sur vos communautés. Demandez-lui de proposer un plan à long terme et des investissements en faveur des transports publics et du développement urbain durable.
4. Envoyez à Jean Chrétien, Premier ministre du Canada, une télécopie ou un courriel (telec : 613-941-6900 ou email : pm@pm.gc.ca) lui demandant de ratifier le Protocole de Kyoto sur les changements climatiques et d'orienter le Canada vers des sources d'énergie propre et renouvelable.
5. Veuillez remplir et poster la formule ci-jointe afin de manifester votre intérêt.

En résumé

Nous vous demandons de vous joindre à d'autres médecins pour jouer un rôle, discret certes, mais critique, dans les démarches visant à protéger la santé de nos patients et de l'ensemble de la communauté, grâce à la réduction de la pollution atmosphérique et des émissions de gaz à effet de serre.

Merci du temps que vous nous avez accordé. Si vous désirez obtenir plus d'information, n'hésitez pas à communiquer avec nous.



D^r Rénaud Dutil,
Président,
FMOQ



D^r Louis Drouin,
Responsable de l'unité Santé
au travail et environnementale,
Direction de la santé publique
de Montréal-Centre



D^r Harold Dion,
Président,
Collège québécois des médecins
de famille

Ressources professionnelles additionnelles

Vous êtes invité à en apprendre davantage sur le sujet. Les documents et sites Internet suivants constituent de bons compléments à la présente trousse documentaire.

1. Document sur la pollution particulaire – <http://www.ctdec.fr/articles/polpart.htm>
2. Direction de la santé publique de Montréal-Centre – www.santepub-mtl.qc.ca
3. Programme de qualité de l'air au Québec – www.qc.ec.gc.ca/atmos/smog
4. Site de la C.U.M. – Système d'alerte au smog – www.cum.qc.ca (mots-clés : rsqa)
5. Association Canadienne de Santé Publique – www.cpha.ca/francais/natprog/natprog.htm
6. L'étude Burnett – www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/qualite_air/abstrait.htm

Prière de détacher cette formule, puis la poster ou la télécopier.

PROJET L'AIR EN QUESTIONS
Direction de la santé publique de Montréal-Centre
1301, rue Sherbrooke Est- Montréal
Tél. : (514) 528-2400 Téléc. : (514) 528-2459

Nom : _____
(en caractères d'imprimerie svp)

Adresse : _____

Ville : _____ Prov. : _____ Code postal : _____

Tél. : _____ Téléc. : _____

Courriel : _____

Je veux prendre les mesures nécessaires pour protéger la santé de mes patients et enrayer la menace que représentent la pollution atmosphérique et le changement climatique.

Je suis en mesure de faire l'action suivante :

(Cocher une ou plusieurs actions)

- Je peux installer l'affiche et les dépliants dans mon bureau, ma clinique, ou mon lieu de travail.
- Je peux envoyer au premier ministre du Québec Bernard Landry et au premier ministre du Canada Jean Chrétien une télécopie ou un courriel exprimant mes préoccupations et l'encourageant à prendre des mesures correctives pour protéger la santé de mes patients ainsi que l'atmosphère terrestre.
- J'aimerais qu'on me tienne informé de cette importante question.



L'enfant tend à absorber les polluants plus facilement que l'adulte.

Le monoxyde de carbone, les oxydes d'azote, le dioxyde de soufre, les hydrocarbures et des particules dangereuses.

Les Canadiens font face à deux types de problèmes de fumée : fumée de la cigarette, dont nous connaissons tous les dangers, et les fumées émanant des cheminées et des tuyaux d'échappement, dont la plupart d'entre nous connaissons moins les conséquences.

Pourtant, il est probable que vous et vos enfants en respirez trop. Pour certains d'entre nous, comme ceux qui souffrent d'asthme et d'affections cardiaques et pulmonaires, respirer du smog et de la fumée de bois peut s'avérer fatal.

Il serait peut-être temps de changer nos habitudes. **La pollution atmosphérique nuit à chacun de nous**

La pollution atmosphérique est responsable de la mort prématurée de quelque 16 000 Canadiens par an, d'après une étude du gouvernement du Canada. Dans les périodes de forte pollution, à Montréal et à Québec, le taux de mortalité monte de 8 %. On note aussi plus de jours d'hospitalisations et de visites chez le médecin pour les personnes plus à risque : les enfants, les personnes âgées et celles qui sont déjà malades.

Que se passe-t-il lorsqu'on inhale des polluants ? De minuscules particules et des gaz pénètrent profondément dans les poumons, parvenant jusqu'au système sanguin. Ceci peut causer des dommages et de l'inflammation à l'intérieur de vos poumons. Ce qui peut aussi nous rendre plus susceptible d'être malade. Avec le temps, la pollution atmosphérique peut endommager vos poumons



Délaissier la voiture au profit d'un véhicule de transport en commun, de la bicyclette ou de la marche, c'est aider à réduire la pollution et ne pas contribuer au réchauffement de la planète.

de façon permanente.

Vous vous inquiétez de voir vos enfants respirer de l'air pollué ? Vous avez bien raison.

Leurs poumons sont encore en développement, et comme ils respirent plus vite que les adultes et qu'ils font davantage d'activités physiques à l'extérieur, la pollution atmosphérique les affecte beaucoup plus.

La pollution atmosphérique et le réchauffement planétaire : une double menace à notre planète

Au Québec, la pollution atmosphérique provient de la combustion du bois, du pétrole, de l'essence et du gaz naturel. Ailleurs au Canada, on brûle aussi du charbon, un autre polluant, pour produire de l'énergie.

Comme si cet air pollué ne suffisait pas, l'utilisation de ces combustibles crée un second danger : l'émission de dioxyde de carbone, principal gaz à effet de serre responsable du réchauffement planétaire. Tout le dioxyde de carbone que dégagent les voitures, les camions, le chauffage résidentiel et commercial, les poêles à bois et les usines contribue à réchauffer l'atmosphère.

Des études scientifiques montrent que la planète se réchauffe, au détriment de notre santé et de l'environnement en général.

Depuis 1982, la planète a connu les 12 années les plus chaudes jamais enregistrées, tandis que l'année 1998 a été la plus chaude du millénaire.

L'air pur : il n'y en a pas en quantité illimitée (suite au verso)

La bande d'atmosphère respirable est d'à peine 7 km d'épaisseur, ce qui correspond à moins de 1 mm sur cette photo



(suite du texte de l'intérieur)

D'autres vagues de chaleur nous apporteront de l'inconfort, mais pourraient aussi apporter la maladie ou même la mort à ceux et celles d'entre nous qui ne trouvent pas de moyens de se rafraîchir.

La chaleur aggrave aussi la pollution dans nos villes, rendant la respiration plus pénible, surtout pour les asthmatiques et les personnes souffrant d'allergies et d'affections cardiaques ou pulmonaires. Elle augmente aussi la production d'ozone au niveau du sol, qui aggrave la pollution.

Depuis les climats plus chauds favorisent la présence d'insectes ou d'animaux nuisibles. Un Canada plus chaud attirerait des rongeurs, des insectes et d'autres bestioles auparavant inconnus ici, ce qui apporterait d'autres maladies, comme la maladie de Lyme, la malaria et l'infection par le virus du Nil occidental.

Enfin, on rattache aussi le réchauffement planétaire à l'augmentation de la fréquence des phénomènes climatiques extrêmes comme les épisodes de verglas, les inondations et les feux de forêt, qui mettent en danger les vies et les communautés.

Comment vous protéger, vous et vos enfants, lors d'épisodes de pollution atmosphérique :

- Informez-vous : tenez-vous au courant des avis de smog du gouvernement, notamment par les médias.
- Diminuez vos activités physiques à l'extérieur surtout si vous avez des problèmes cardiaques ou respiratoires.
- Si vous croyez que l'air pollué affecte votre santé, consultez votre médecin ou votre CLSC.

Dr David Suzuki, scientifique et animateur de radio et de télévision : « Nous sommes intimement liés à l'air et à l'eau qui nous entourent. Une atmosphère saine se traduit par une société en meilleure santé et par un avenir plus prometteur pour nos enfants. »



10 façons de faire de la terre un endroit où vivre plus sainement :

- 1 Marchez, voyagez à vélo, utilisez les transports publics ou faites du covoiturage.
- 2 Appuyez un développement urbain qui encourage les solutions de rechange à l'automobile et réduit l'impact écologique sur la terre, les plans d'eau et l'atmosphère.
- 3 Choisissez une voiture petite et moins consommatrice d'énergie et gardez-la en bon état de fonctionnement. Les fourgonnettes, les camions et les véhicules utilitaires sont d'une faible efficacité énergétique.
- 4 Plantez des arbres qui font beaucoup d'ombre, pour rafraîchir votre maison : vous aurez ainsi moins besoin de climatisation.
- 5 Chez vous, installez un éclairage efficace, améliorez l'isolation thermique et procurez-vous un appareil de chauffage plus efficace.
- 6 Ne chauffez pas au bois. N'utilisez celui-ci qu'à des fins récréatives ou en cas d'urgence.
- 7 L'hiver, réduisez le chauffage et portez des vêtements plus chauds dans la maison.
- 8 Contactez les industries de votre région et encouragez-les à économiser l'énergie afin de réduire les émissions.
- 9 Écrivez ou parlez aux fonctionnaires de tous les paliers de gouvernement. Faites-leur part de vos préoccupations au sujet de la pollution atmosphérique et du réchauffement planétaire. Demandez-leur d'appuyer la ratification du Protocole de Kyoto sur les changements climatiques par notre pays.
- 10 Pour en apprendre davantage, appelez votre Direction régionale de la santé publique.

Pour obtenir plus d'informations, consultez les sites Internet suivants :

La Fondation David Suzuki : www.davidsuzuki.org

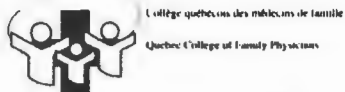
La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec : www.fmq.org

La Direction de la santé publique de Montréal-Centre : www.santepub-mtl.qc.ca

Le Collège québécois des médecins de famille : www.cqmf.qc.ca

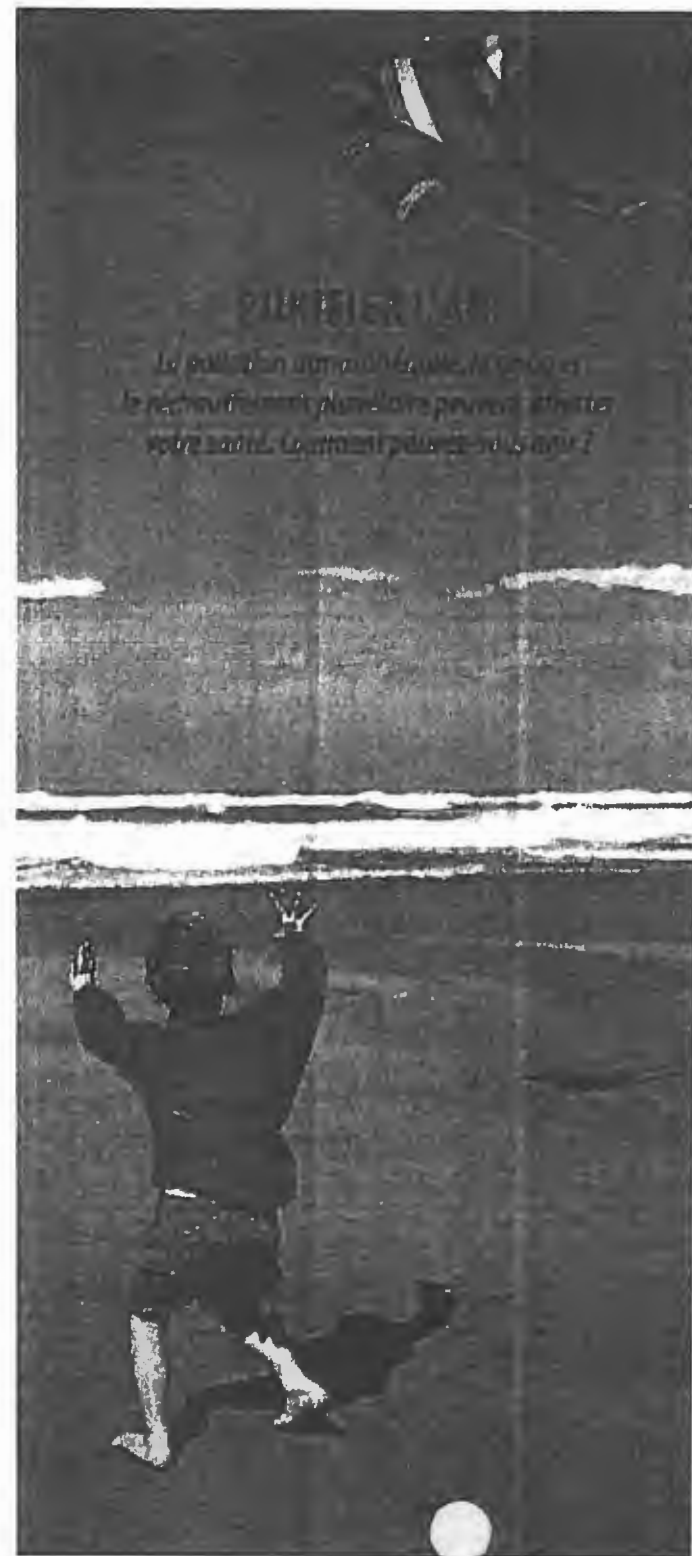


Direction de la santé publique



David Suzuki Foundation

Finding solutions





RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX
DE MONTRÉAL-CENTRE

Direction de la santé publique



Viens
jouer
à

Zones
de

TURBULENCES



À PARTIR DU DESSIN VIENS JOUER À ZONES DE TURBULENCES

Identifiez

3 Sources de pollution atmosphérique

4 Impacts sur la santé

5 Solutions

Dites-nous

Ce que vous pouvez faire pour améliorer la qualité de l'air

Ce que votre municipalité peut faire

Ce que le gouvernement peut faire

(Écrire en majuscule s.v.p.)

Nom

Adresse

Téléphone

Courriel

Aimeriez-vous recevoir les recherches que produit la Direction de la santé publique de Montréal-Centre sur les impacts de la pollution atmosphérique sur l'environnement et la santé ?

Oui

Non

Direction de la santé publique
Montréal-Centre
1301, Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3

Téléphone : 514 • 528-2400 Télécopieur : 514 • 528-2459
<http://www.santepub-mtl.qc.ca>

La santé et l'environnement



LA SANTÉ ET L'ENVIRONNEMENT

La santé et l'environnement sont étroitement liés. Les polluants de l'air, de l'eau et du sol peuvent nuire à la santé humaine et à l'équilibre de l'écosystème. Il est donc essentiel de prendre des mesures pour protéger l'environnement et ainsi assurer une meilleure qualité de vie pour tous.

La Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre travaille en collaboration avec les autres organismes pour promouvoir la santé publique et l'environnement. Nous offrons des services de conseil et de planification pour aider les citoyens et les entreprises à réduire les risques liés à l'environnement.

**RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX
DE MONTRÉAL-CENTRE**

Direction de la santé publique

D'OU VIENT LA POLLUTION ATMOSPHERIQUE ?

Les émissions polluantes se répartissent en deux grandes catégories :

Les sources fixes

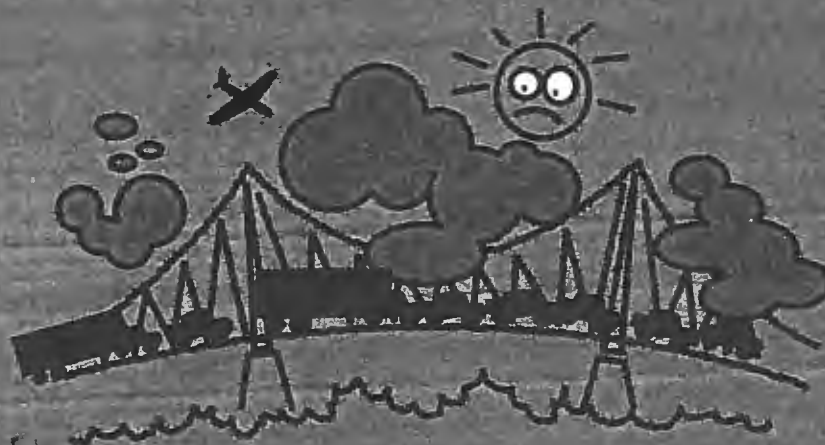
- 1. Industries et certains commerces : broyeur à bois, planerie, station-service, atelier de peinture et de dégraissage de voitures, etc.
- 2. Chauffage résidentiel au bois *
- 3. Terrains vagues ou à l'abandon.
- 4. Pôles de type industriel.

Saviez-vous que...

Le chauffage au bois n'est pas aussi écologique que l'on peut penser...

Un rapport produit, en avril 2000, par la Communauté urbaine de Montréal, Environnement Canada et la Direction de la santé publique de Montréal-Centre, indique qu'il y aurait augmentation de 40 % de concentrations de certains polluants dans des quartiers où il y a beaucoup d'utilisateurs de chauffage au bois, durant l'hiver.





Les sources mobiles

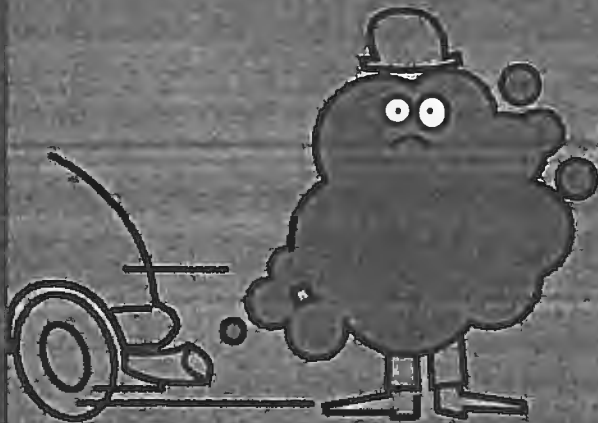
© L'ensemble des transports routiers et aériens *

Automobile - Camion - Autobus - Motocyclette - Avion

* Saviez-vous que...

L'augmentation de la circulation automobile est un des principaux facteurs de l'émission des gaz à effet de serre (GES). En 1990, au Québec, la production annuelle per capita de GES s'est élevée à 9,3 tonnes par habitant pour l'ensemble des secteurs résidentiels, industriels, de transport, etc. Sur ce, 4 tonnes par habitant de GES sont reliés plus spécifiquement au transport des personnes et des marchandises. Si rien n'est fait, on prévoit que les émissions du secteur transport excéderont de 35 % d'ici 2011 et de 50 % d'ici 2026. Les membres de la communauté scientifique s'accordent à dire que c'est l'augmentation des gaz à effet de serre dans l'atmosphère qui amène les changements climatiques qui affectent la Terre de façon de plus en plus perceptible et dont on parle tant avec toutes ces turbulences apportées à notre planète et qui ont des répercussions sur notre vie de tous les jours.

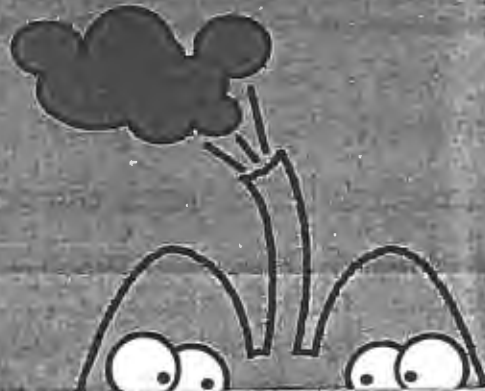
Au Québec, l'augmentation des gaz à effet de serre pourrait se traduire par un réchauffement, durant l'été, de 1 à 4 degrés Celsius dans le Sud et de 2 à 4 degrés Celsius dans le Nord, et ce réchauffement serait plus accentué en hiver. Les précipitations, de leur côté, resteraient sensiblement les mêmes dans le Sud et augmenteraient de 10 à 20 % dans le Nord.



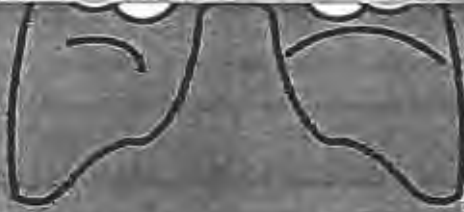
QUELS SONT LES PRINCIPAUX IMPACTS DE LA POLLUTION ?

Turbulences sur l'environnement...

- Détérioration de la qualité de l'air
- Augmentation du smog urbain *
Présentement, il y a en moyenne 5 épisodes de smog par été, dans la grande région de Montréal, totalisant une vingtaine de journées de smog.
* Le smog vient de deux mots anglais : smoke (fumée) et fog (brouillard) et décrit une condition de brouillard de pollution retrouvée l'été par temps très chaud, ensoleillé et peu venteux.
- Diminution de la productivité des cultures et du rythme de croissance des végétaux
- Diminution de la visibilité
- Intensification des changements climatiques : hausse de la température et des précipitations entraînant une augmentation de la fréquence d'événements climatiques extrêmes, comme les inondations, la sécheresse, le verglas, les vagues de froid et de chaleur
- Augmentation du rayonnement ultraviolet (UV-B)
- Augmentation des pluies acides
- Impacts sur la qualité de vie : bruit, sécurité, etc.



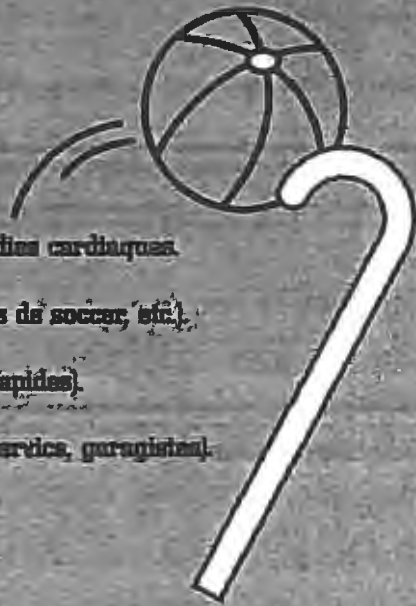
Turbulences sur la santé...



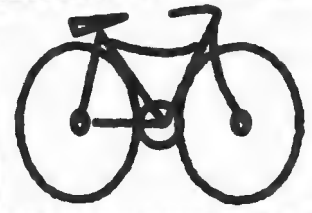
- ① Augmentation des maladies et des allergies respiratoires - asthme, rhinite allergique, bronchite.
Les enfants et les personnes âgées sont les plus vulnérables.
Au moins 15 % de la population du Québec souffre d'allergies respiratoires.
- ② Augmentation de la morbidité et de la mortalité cardio et cérébro-vasculaire chez les personnes âgées lors de périodes de chaleur intense.
- ③ Augmentation de différents problèmes, en lien avec les changements climatiques extrêmes comme le verglas, les inondations : chutes, intoxications au monoxyde de carbone, problèmes respiratoires liés aux moisissures.
- ④ Augmentation du risque de cancer cutané à cause de l'amincissement de la couche d'ozone.
- ⑤ Augmentation des maladies transmissibles par des insectes parce que le réchauffement des températures favorise leur migration vers le nord.

Turbulences sur les personnes plus vulnérables...

- ① Enfants et personnes âgées.
- ② Personnes atteintes de maladies respiratoires et de maladies cardiaques.
- ③ Personnes physiquement actives (courseurs à pied, joueurs de soccer, etc.).
- ④ Personnes habitant près des sources de pollution (voies rapides).
- ⑤ Certains corps de métier (policiers, employés de station service, garagistes).



EN TANT QUE CITOYEN QUE PUIS-JE FAIRE ?



Diminuer le plus souvent l'utilisation de la voiture.

Utiliser le plus souvent des moyens de transport alternatifs pour se rendre à l'école ou au travail (transport en commun, covoiturage).

Utiliser le plus souvent le transport actif (marche, bicyclette, patins à roues alignées). En profiter pour améliorer sa condition physique !

Faire inspecter sa voiture ou son camion et respecter une conduite écologique (respect des limites de vitesse, ne pas accélérer trop rapidement, éviter de faire réchauffer sa voiture trop longtemps).

Respecter les épisodes d'alerte au smog en utilisant le moins possible les véhicules moteurs.

S'assurer que son terrain n'a pas d'herbe à poux.

Éviter le chauffage domestique au bois sinon utiliser des poêles à bois certifiées EPA) lorsque les conditions climatiques le permettent c'est-à-dire lorsqu'il y a du vent.

Recycler les contenants de produits domestiques dangereux.

Faire des pressions auprès des instances politiques pour l'amélioration du transport en commun et la réduction du nombre de places de stationnement au centre-ville.

Faire comme à Rome et demander une journée sans voiture le premier dimanche du mois.

Se préoccuper de la qualité de vie de son quartier. S'intéresser aux plans d'aménagement urbain. (Où sont les parcs ? Les pistes cyclables ? Veut-on installer de nouvelles usines ?)



QUELQUES DONNÉES... TURBULENTES



Environ 75 % de la pollution atmosphérique provient du secteur du transport.

50 % du dioxyde de carbone (CO₂), principal gaz à effet de serre, responsable du changement climatique, provient du transport.

D'ici l'an 2007, une augmentation de 400 000 véhicules est prévue dans la grande région de Montréal.

Dans la grande région de Montréal, il s'effectue en moyenne chaque jour de la semaine 6 550 747 déplacements en automobile.

Entre 1960 et 1997, le parc d'automobiles et de camions légers est passé de 1 million à 3,6 millions.

Au Québec, le taux de motorisation est de 525 véhicules légers par 1000 habitants.

D'ici 5 à 10 ans, se déplacer en voiture dans la région métropolitaine prendra 3 fois plus de temps aux heures de pointe.

Selon les sources médicales, 5 à 10 % des hospitalisations pour maladies respiratoires sont reliées à la pollution atmosphérique à Montréal.

Les particules respirables c'est-à-dire celles qui pénètrent très profondément dans le poumon, et l'ozone au sol, un puissant irritant résultant en grande partie de la combustion automobile, sont les deux principaux contaminants de l'air extérieur responsables des maladies respiratoires.

POUR INFORMATION :

Direction de la santé publique

Montréal-Centre

1301, Sherbrooke Est

Montréal (Québec)

H2L 1M3

Téléphone: 514 • 528-2400

Télécopieur: 514 • 528-2459

<http://www.santepub-mtl.qc.ca>

Design: La suite graphique Illustration: Anne Villeneuve



RÉGIE RÉGIONALE
DE LA SANTÉ ET DES
SERVICES SOCIAUX
DE MONTRÉAL-CENTRE

Direction de la santé publique