



Association pour la santé environnementale du Québec
Environmental Health Association of Québec

LES ARGUMENTS
EN FAVEUR DE LA
CRÉATION DE SOINS
DE SANTÉ AU QUÉBEC

Sans
fragrances

Que sont les fragrances et leurs effets sur la santé?

Les fragrances sont des mélanges de milliers de substances chimiques destinés à créer une odeur particulière. Les fragrances sont utilisées dans des milliers de produits de consommation, incluant entre autres des parfums, des savons, des nettoyants, des assainisseurs d'air, des détergents, des produits d'hygiène ou de soins personnels, etc. (Caress et Steinemann, 2009). Près de 4 000 ingrédients sont utilisés dans la fabrication des fragrances (IFRA, 2011). Un seul parfum synthétique peut contenir entre 50 à 300 ingrédients (Bickers et al, 2002). 95% des ingrédients contenus dans les parfums sont des composés organiques volatils (COV) à base de pétrole qui s'évaporent facilement et se dispersent dans l'air que nous respirons (Kumar et al, 2006). Il n'existe aucune réglementation exigeant des fabricants de divulguer les substances chimiques qu'ils utilisent pour créer des fragrances dans leurs produits, puisque ceci est considéré comme de l'information de propriété privée. Cela signifie que des centaines d'ingrédients toxiques connus sont cachés dans les produits d'hygiène personnelle, les produits de nettoyage et d'autres produits ménagers de tous les jours.

Chaque jour nous respirons tous des fragrances synthétiques utilisées dans presque tous les produits d'usage courant. De plus, l'utilisation de produits parfumés nuit considérablement à la qualité de l'air dans nos maisons et sur nos lieux de travail. Plusieurs de ces produits sont toxiques et ont des effets néfastes sur la santé, tel que le démontrent de nombreuses études (Rastogi et al., 2001 ; Temesvári et al., 2002). Par exemple, de hauts niveaux d'esters de phtalate sont utilisés pour prolonger la durée de vie des senteurs dans de nombreux parfums, même si ces esters de phtalate sont reconnus comme étant des perturbateurs endocriniens (Al-Saleh et al., 2017). [Des analyses chimiques ont révélé que certains ingrédients sont cancérigènes, toxiques pour le développement, ou neurotoxiques.](#) Plusieurs ingrédients utilisés dans la fabrication des fragrances aggravent ou pourraient causer plusieurs conditions de santé, comme l'asthme, l'eczéma, la sensibilité chimique multiple, les sinusites, et les migraines.

Association pour la santé environnementale du Québec - Environmental Health Association of Québec (ASEQ-EHAQ)

C.P. 364, Saint-Sauveur, Québec J0R 1R0
P.O. Box 364, Saint-Sauveur, Québec J0R 1R0

Phone: 514-332-4320 | Fax: 450-227-4143 | Email: office@aseq-ehaq.ca

www.aseq-ehaq.ca | www.EnvironmentalSensitivities.com | www.ecoasisquebec.ca



Près d'un tiers des Canadiennes et Canadiens ont des symptômes lorsqu'ils sont exposés à des fragrances, parfums et produits parfumés (Sears, 2007; Steinemann, 2018). Puisqu'il existe une grande diversité de produits chimiques et que les réactions sont spécifiques à chaque individu, des symptômes très variables peuvent résulter d'une exposition à des produits contenant des fragrances. Les enfants peuvent avoir des symptômes sévères tels que de la diarrhée, des vomissements, ou des maux d'oreilles sévères, et possiblement de la toux, des symptômes de grippe, de la fièvre, une respiration sifflante, de l'essoufflement, ou des éruptions cutanées (Farrow et al., 2003). Chez les adultes, les symptômes sont vastes et varient d'un individu à l'autre. Les réactions aux fragrances peuvent inclure des maux de tête, des étourdissements, des difficultés de concentration, la sensation d'être « engourdi » ou « sonné », une perte de repère dans l'espace, de la fatigue, du larmoiement, de l'écoulement et de la congestion nasale, une respiration sifflante et de l'essoufflement, ou encore des éruptions cutanées (Caress & Steinemann, 2009; Elberling et al., 2005; Silva-Néto et al., 2014; Uter et al., 2013). Nous avons procédé [à une analyse documentaire narrative](#) qui explore plus en détail les effets des fragrances

Politiques sans-fragrances dans les établissements de soins de santé.

Grâce à une prise de conscience croissante quant à l'effet néfaste des fragrances sur la santé, plusieurs établissements de soins de santé à travers le monde deviennent « sans-fragrances ». Au Canada, des politiques ont été mises en place dans plusieurs hôpitaux ou établissements gouvernementaux, où les visiteurs, patients, professionnels de la santé et autres membres du personnel sont tenus de ne pas utiliser de produits contenant des fragrances.

Les produits contenant des fragrances peuvent être des déodorants, des fixatifs pour cheveux, des shampoings, des revitalisants, des savons, des lotions après-rasage, des eaux de Cologne, des produits de nettoyage, etc. Créer des milieux libres de fragrances n'a rien de nouveau. C'est une pratique bien établie en Ontario, en Nouvelle-Écosse, en Alberta, en Colombie-Britannique, au Manitoba, en Saskatchewan, au Nouveau-Brunswick, à l'Île-du-Prince-Édouard, à Terre-Neuve, au Labrador, au Yukon et dans les Territoires du Nord-Ouest.

Nous passons la majeure partie de notre temps à l'intérieur, où l'air peut être de deux à cinq fois plus pollué qu'à l'extérieur (Environmental Protection Agency-EPA, 1987). Les fragrances étant l'un des polluants les plus courants de l'air intérieur, la qualité de cet air devrait être préservée de ces substances dangereuses.

Il est donc important que les établissements de soins de santé au Québec mettent en place des politiques sans-fragrances, dans le but d'accommoder les personnes malades et vulnérables. Aucun patient ne va à un hôpital ou chez un professionnel de la santé en pensant devenir encore plus malade. Aucun travailleur de la santé ne souhaiterait faire du mal délibérément aux patients, à ses collègues, ou, possiblement, à elle ou à lui-même. Cependant, quand des travailleurs de la santé choisissent d'appliquer des produits contenant des fragrances sur leur peau, leurs cheveux ou leurs vêtements, c'est pourtant ce qu'ils font.

Or, toute personne a le choix de porter ou non du parfum. Mais la personne qui réagit aux fragrances, elle, n'a aucun choix ni aucun avertissement lorsqu'elle y est exposée. Ces produits sont socialement utilisés par plaisir. Toutefois, ceux qui y réagissent souffrent d'isolement social. L'accès à des services de base devient alors difficile, voire impossible, pour ces personnes. Des patients souffrant de conditions cardio-respiratoires peuvent devenir malades à un point critique lorsqu'ils sont exposés à des fragrances.

[Tel que noté dans l'éditorial du 3 novembre 2015 du Journal de l'Association médicale canadienne \(JAMC\)](#) : « *Beaucoup de pratiques qui sont acceptables ailleurs ne le sont pas dans les hôpitaux, comme l'application de parfums artificiels sur le corps (...). Il n'y a donc pas lieu de continuer à tolérer les parfums artificiels dans les hôpitaux (...). Il devrait être interdit de porter des parfums artificiels dans tous les hôpitaux, ce qui favoriserait la sécurité des patients, du personnel et des visiteurs.* ».

Des asthmagènes, c'est-à-dire des substances dans les fragrances qui provoquent de l'asthme ou qui déclenchent des crises d'asthme, sont une source de préoccupation particulière pour le personnel des hôpitaux. En effet, on observe le plus haut taux d'asthme occupationnel dans le milieu hospitalier (Petcher, et al., 2005). Tel qu'établi par les Centres pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC) des États-Unis dans leur politique sans-fragrances : « *Les fragrances ne sont pas appropriées dans un environnement professionnel, et l'utilisation de produits contenant des fragrances peut porter préjudice à la santé des travailleurs ayant des sensibilités chimiques, des allergies, de l'asthme, et des maux de tête/migraines chroniques.* »

Les établissements de soins de santé devraient être des endroits sécuritaires pour les personnes qui sont malades ; un endroit où aller sans autre souci que celui d'être soigné. Les milieux hospitaliers devraient accommoder tous les patients, indépendamment de leur maladie. La santé et le bien-être des patients devraient être la plus haute priorité. Par conséquent, tous les produits contenant des fragrances, incluant les produits de nettoyage, doivent être éliminés des lieux de soins de santé. Nous sommes fortement d'avis que les fragrances n'ont aucune place dans quelque milieu de soins de santé que ce soit, et qu'un air de qualité et libre de fragrances est un droit fondamental de la personne. C'est pourquoi nous prions tous les travailleurs de la santé et les hôpitaux à travers le Québec de devenir libres de fragrances en concordance avec ce droit fondamental à de l'air pur.

Cette page web a pour but de vous guider afin de sensibiliser et d'encourager le développement d'une politique sans-fragrances dans votre établissement de soins de santé. En dépit du fait que la tâche peut sembler colossale, il existe des pistes de solutions efficaces permettant à un établissement de soins de santé de réussir, particulièrement en s'inspirant d'autres hôpitaux qui ont mis en place avec succès de telles politiques.

Remerciements :

Clinique de santé environnementale, Hôpital Women's College – Toronto, Ontario

Dr Lynn Marshall, présidente du conseil d'administration de l'Institut pour la santé environnementale du Canada, membre de l'Association canadienne des médecins pour l'environnement, et médecin à la Clinique de santé environnementale, Hôpital Women's College, Toronto

Dr Ken Flegel, professeur de médecine interne, Université McGill, Montréal, Québec

Dr John Molot, médecin, Clinique de santé environnementale, Hôpital Women's College, Toronto

Meg Sears, Ph.D, Institut de recherche de l'Hôpital d'Ottawa. Présidente, Prevent Cancer Now

Farah Ahmed (BDS, M.Sc)

Faisal Mirza (M.Sc, MBA, P.G.D.AE)

Michel Gaudet, directeur exécutif, ASEQ-EHAQ

Rohini Peris, présidente, ASEQ-EHAQ

Robert Morariu

Melanie Belanger, M.Sc

ASEQ-EHAQ remercie toutes les personnes impliquées dans ce projet.