

qui pourraient provoquer des maladies.

Compte tenu de leur poids, les enfants boivent plus d'eau que leurs parents et courent ainsi plus de risques d'être exposés à de l'eau contaminé. Ils ont aussi de meilleures chances que les adultes d'absorber des contaminants dangereux à travers leur peau en nageant ou en se baignant.

Si l'on émet un avis de « faire bouillir l'eau », suivez les directives à la lettre. Recherchez les avis sur la qualité de l'eau lorsque vous vous rendez à des plages locales et nagez seulement aux périodes et aux endroits où l'eau est considérée comme sûre pour la baignade. Si votre enfant se met à avoir des crampes abdominales, de la diarrhée, des vomissements ou des éruptions cutanées, consultez un médecin.

Faites-vous votre part?

Vous pouvez aider à réduire les effets des changements climatiques! Chaque fois que nous allumons une lampe, montons dans un véhicule, utilisons nos ordinateurs ou faisons quoi que ce soit qui consomme de l'énergie, nous contribuons aux changements climatiques. De fait, les habitudes de vie des Canadiens sont responsables de 28% de toutes les émissions de gaz à effet de serre au Canada, soit près de 5 tonnes par personne.

Que pouvez-VOUS faire?

Réduisez votre consommation d'énergie!

- Ayez recours au co-voiturage, faites du vélo, de la marche ou utilisez les transports publics
- Achetez des automobiles qui consomment peu d'essence
- Isolez votre maison et rendez-la étanche à l'air pour réduire la consommation d'énergie et ainsi réduire votre facture de chauffage
- Abaissez la chaleur en hiver (à 20°C ou moins).
- Montez la température de votre appareil d'air climatisé lorsqu'il fait chaud (maintenez-la à environ 25°C).
- Achetez des électroménagers qui consomment peu d'énergie - vérifiez la cote d'efficacité énergétique avant d'acheter.
- Éteignez les luminaires, téléviseurs et autres appareils électriques lorsqu'ils ne servent pas.
- Utilisez moins d'eau chaude. Abaissez le thermostat de votre réservoir d'eau chaude à 55°C et lavez vos vêtements à l'eau froide.
- Installez des pommes de douche à débit réduit et des aérateurs pour robinet - ces accessoires peuvent réduire de façon importante votre consommation d'eau.
- Dans la mesure du possible, utilisez des matériaux recyclés.
- Plantez des arbres. Les arbres retirent le gaz carbonique (un gaz à effet de serre) de l'air en plus de protéger votre maison du vent et du soleil.
- Utilisez une tondeuse à gazon à traction manuelle.

Cette publication ne reflète pas nécessairement les points de vue du gouvernement du Canada.

This brochure is also available in english

Pour en apprendre davantage sur les répercussions des changements climatiques sur la santé de vos enfants, visitez le site web de l'Institut canadien de la santé infantile à l'adresse www.cich.ca Pour obtenir plus d'informations sur les changements climatiques et sur ce que vous pouvez faire, visitez le site web du gouvernement du Canada sur le changement climatique à l'adresse

www.climatechange.gc.ca ou appelez le 1-800-O-Canada (1-800-622-6232)



Institut canadien de la santé infantile

384 rue Bank, bureau 300
Ottawa (Ontario) K2P 1Y4

Tél: (613) 230-8838; téléc.: (613) 230-6654
Courriel: cich@cich.ca
Internet: www.cich.ca

Le financement est assuré par le Fonds d'action pour le changement climatique du gouvernement du Canada.

Canada



LES
CHANGEMENTS
CLIMATIQUES
ET LA SANTÉ
DE VOTRE
ENFANT

De quelle façon le climat se modifie-t-il?

Dans l'air que nous respirons se trouvent des gaz qui agissent comme une couverture entourant la planète. Ils gardent la chaleur captive dans notre atmosphère. On les appelle des « gaz à effet de serre » parce qu'ils agissent comme une serre qui retient la chaleur. Sans la présence de ces gaz, la température sur terre dont la moyenne est présentement de 15°C chuterait à une température glaciale de moins 18°C! Les gaz à effet de serre sont créés naturellement ici sur terre, que ce soit par la vapeur d'eau qui forme les nuages et produit la pluie, le gaz carbonique que nous rejetons quand nous respirons ou encore le méthane produit par des micro-organismes vivant dans les estomacs des vaches et dans les marécages.

Il y a environ cent cinquante ans, nous avons commencé à brûler davantage de combustibles fossiles (pétrole, charbon et gaz naturel) pour faire fonctionner ou réchauffer nos usines, nos trains, nos navires, nos camions, nos autos, nos immeubles et nos maisons. La combustion de ces combustibles libère des gaz à effet de serre. Notre dépendance vis-à-vis ces combustibles fossiles fait que des milliards de tonnes supplémentaires de gaz à effet de serre viennent s'ajouter dans notre atmosphère chaque année. C'est comme si vous jetiez une autre couverture sur votre lit - cela a pour effet de retenir plus de chaleur et réchauffe ce qui se trouve en-dessous...en l'occurrence ici la terre!

Mais J'AIME la chaleur!

Pendant nos froids hivers canadiens, qui ne souhaiterait pas un peu de chaleur! Mais cette chaleur nous coûte cher. Il y a déjà élévation des températures au Canada. **Des scientifiques prédisent qu'au cours du prochain siècle, nos enfants et petits-enfants vivront dans un pays plus chaud de 1,5°C à 5°C dans le sud du Canada et jusqu'à 5°C à 7°C de plus dans le nord.** Cette élévation va modifier les régimes météorologiques qui nous sont familiers. Cela pourrait se traduire par toutes sortes de changements qui vont nuire à votre santé, à la mienne et à celle de nos enfants.

De quelle façon cela portera-t-il atteinte à la santé de nos enfants?

Les changements climatiques ont de nombreux effets qui peuvent avoir de graves répercussions sur la santé de nos enfants. Ils sont plus susceptibles de subir les contrecoups d'une chaleur extrême ou encore de la pollution de l'air et de l'eau qui peut s'aggraver avec un réchauffement du climat. Les enfants courent aussi de plus grands risques lors de tempêtes, d'inondations et de périodes de sécheresse qui peuvent devenir plus courants.

Dans combien de temps les changements climatiques vont-ils nuire à nos enfants?

Pour certains enfants, les menaces que posent les changements climatiques sont déjà bien réels. Rappelez-vous les débordements de la rivière Rouge au Manitoba au printemps de 1997 et la tempête de verglas de 1998 dans l'est ontarien et l'ouest du Québec. Ce ne sont que certains exemples (avec les gros orages, les tornades, les ouragans et les sécheresses) de phénomènes météorologiques extrêmes qui pourraient devenir plus fréquents à mesure que la planète se réchauffe.

Un grand nombre d'enfants souffrent déjà de maladies respiratoires comme l'asthme. Les admissions dans les hôpitaux reliées aux problèmes respiratoires chez les enfants ont augmenté de façon spectaculaire au cours



des dix dernières années. Des étés plus longs et des températures plus élevées vont aggraver les conditions qui sont à la source de ces problèmes.

À quoi peut-on s'attendre?

Phénomènes météorologiques extrêmes

Des conditions météorologiques vraiment mauvaises comme de fortes pluies, des inondations, des tornades, des tempêtes de verglas et des sécheresses, avec tous les dangers et dommages qu'elles comportent, ont de bonnes chances de se produire plus souvent au fur et à mesure que le climat se modifie.

Les observations de phénomènes météorologiques extrêmes sont habituellement diffusés à la radio. Tenez-vous au courant de ce qui se passe dans votre région. Il est très utile, lorsque ce genre d'événement se produit, de disposer de nourriture en conserve, d'eau en bouteille, de chandelles et d'allumettes ainsi que d'un radio transistor munis de piles neuves. Pour de plus amples informations sur ce qu'il faut faire, visitez le site web de Protection civile Canada à l'adresse www.epc-pcc.gc.ca/publicinfo/ ou composez le 1-800-830-3118.

Vagues de chaleur

Ce sont les semaines d'été que vous détestez, quand la température dépasse les 30°C et cela pendant des jours et des jours. Tout le monde est grincheux. Attendez-vous à devoir en supporter davantage si le climat change. De plus, le risque de stress thermique augmente avec la température. C'est une condition dangereuse qui se produit lorsque la température du corps est trop élevée. Les enfants et les aînés sont les personnes les plus à risque.

Si l'il fait très chaud à l'extérieur, évitez d'exposer les nouveaux-nés et les enfants au soleil et faites-leur boire beaucoup d'eau. Limitez les heures passées à l'extérieur au début du matin ou tard dans la soirée. Si votre maison n'est pas climatisée, allez dans un centre commercial, une bibliothèque ou un autre endroit où l'air est climatisé pour faire baisser la température. Les ventilateurs aident également à vous garder au frais!

Pollution de l'air

Des étés plus longs et plus chauds signifient plus de « journées d'air vicié ». La pollution de l'air peut irriter et endommager le tissu pulmonaire, particulièrement chez les nourissons et les enfants dont les poumons sont encore en développement. Les enfants accumulent plus de matières polluantes dans leurs poumons que leurs parents parce que, pour un poids égal, ils absorbent davantage d'air.

La pollution de l'air est un élément déclencheur de crises d'asthme. Écoutez et surveillez les avis sur la qualité de l'air diffusés dans les médias locaux. Réduisez l'activité des enfants lorsque de tels avis sont émis. Si votre enfant a des problèmes de respiration, consultez un médecin; si sa respiration est très mauvaise, rendez-vous au service d'urgence de votre hôpital local.

Qualité de l'eau

Les pluies abondantes et les inondations peuvent amener le déversement d'eaux usées, de déchets animaux, de pesticides, d'effluents industriels et d'autres polluants dans nos sources d'approvisionnement en eau potable et leur contamination. Les périodes de sécheresse peuvent également occasionner des problèmes en concentrant les substances polluantes ou en obligeant les gens à se tourner vers des sources d'eau moins propres. Le réchauffement des cours d'eau et des lacs favorise la prolifération de micro-organismes

