

Connaissance et prévention du cancer professionnel dans les services d'incendie



Introduction

Les pompiers interviennent dans tous les types d'urgences et font face à des dangers qui les exposent à de nombreuses substances cancérigènes, comme les hydrocarbures aromatiques polycycliques, l'amiante, les retardateurs de flamme, le rayonnement ultraviolet et les gaz d'échappement des moteurs diesel. Par conséquent, le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC) a conclu que les expositions professionnelles associées à la lutte contre les incendies sont cancérigènes pour l'homme, ce qui signifie qu'il existe suffisamment de données probantes pour conclure que ces expositions causent le cancer.

Le but de cette fiche conseil est de sensibiliser les employeurs, les travailleurs, les professionnels de la santé et le public aux risques de cancer chez les pompiers et de fournir des renseignements sur les voies d'exposition, la détection précoce du cancer et la prévention, l'indemnisation des travailleurs et les clauses de présomption, un mode de vie sain et le soutien en santé mentale.

Risques de cancer chez les pompiers

Le Centre international de recherche sur le cancer a conclu que les expositions professionnelles associées à la lutte contre les incendies causent :

- Le mésothéliome (cancer qui se forme dans le tissu qui tapisse vos poumons ou votre abdomen)
- Le cancer de la vessie

Le Centre international de recherche sur le cancer a également conclu qu'il existe des indications limitées chez les pompiers concernant ce qui suit :

- Le cancer du sang (lymphome non hodgkinien)
- Le cancer colorectal
- Le cancer de la prostate
- Le cancer de la peau (mélanome)
- Le cancer des testicules

Sources d'exposition aux substances cancérigènes

Les pompiers sont régulièrement exposés à des substances cancérigènes dans le cadre de leur travail. Les expositions réelles varient en fonction de ce qui brûle, de la durée de l'incendie, des activités effectuées et des conditions de ventilation, entre autres facteurs. Les pompiers peuvent être exposés à de nombreuses substances cancérigènes, notamment :

- Le benzène
- Les matériaux de construction, comme l'[amiante](#)
- Les retardateurs de flammes chimiques
- Les produits de combustion, comme les hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP)
- La silice cristalline
- [Le gaz d'échappement des moteurs diesel](#)
- Les agents infectieux, comme le [virus de l'hépatite B](#) et le [virus de l'hépatite C](#)
- Les métaux lourds, comme le cadmium et le plomb
- Les substances perfluoroalkyliques et polyfluoroalkyliques (SPFA) dans les mousses et la tenue de feu
- Le [rayonnement ultraviolet](#) provenant du travail à l'extérieur

Connaissance et prévention du cancer professionnel dans les services d'incendie

De plus, les pompiers travaillent souvent par quarts rotatifs ou de nuit. Le travail par quarts est considéré comme les heures travaillées en dehors des heures de travail traditionnelles (du lundi au vendredi de 8 h à 16 h). Le Centre international de recherche sur le cancer a classé le travail de nuit posté comme cancérigène probable. Pour aider à réduire la fatigue et d'autres risques connexes pour la santé, les employeurs devraient mettre en œuvre un plan de gestion de la fatigue à l'intention des pompiers. Ce plan peut inclure la limitation du nombre de quarts de nuit consécutifs travaillés d'affilée et l'imposition d'une période de repos obligatoire entre les quarts, permettant un repos et une récupération adéquats.

Voies d'exposition

Les pompiers sont exposés à des produits chimiques de trois manières : par inhalation (respiration), par ingestion (avaler) et par absorption cutanée (peau).

L'inhalation est la voie d'exposition la plus directe, car les travailleurs peuvent respirer des substances cancérigènes qui sont libérées dans l'air. L'inhalation peut se produire pour les raisons suivantes :

- Le manque de disponibilité de la protection respiratoire lors de l'intervention d'urgence en cas d'incendie.
- Les dégagements gazeux (libération de produits chimiques nocifs dans l'air) provenant d'équipement contaminé à la suite d'une intervention (p. ex. le transport d'équipement contaminé non emballé dans un véhicule).
- L'exposition aux gaz d'échappement diesel (p. ex. lors du démarrage d'un véhicule ou de systèmes de captage des gaz d'échappement inappropriés).
- La manipulation d'équipement contaminé sans protection respiratoire.
- Les exercices d'entraînement utilisant des feux réels ou de la fumée.
- Les matériaux de construction perturbants lors d'activités, comme la lutte contre les incendies, la révision, le sauvetage et la récupération.

L'ingestion survient lorsque des travailleurs avalent des substances cancérigènes. L'ingestion peut se produire involontairement, comme dans les cas suivants :

- Manger des aliments ou boire sans se laver les mains ou dans un environnement contaminé.
- Se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec des mains contaminées, ou se ronger les ongles.
- Retirer de manière inappropriée l'équipement de protection individuelle contaminé, ce qui peut transférer des contaminants dans votre bouche.

L'absorption cutanée se produit lorsque des substances cancérigènes traversent la peau. La peau non protégée peut être exposée dans les cas suivants :

- L'utilisation prolongée de tenue de feu contaminée ou de vêtements de travail pour la ligne de feu, comme lors de la lutte contre les feux de végétation ou des interventions en cas d'incident prolongées.
- La manipulation de l'équipement contaminé sans utiliser d'équipement de protection individuelle, comme des gants et des manches longues.
- L'absence de douches ou de lingettes humides disponibles pour l'hygiène personnelle à la suite d'un incident.

Mode de vie sain

Un mode de vie sain joue un rôle important dans la réduction du risque global de maladie chez un pompier, y compris le cancer professionnel. En plus de déterminer et de mettre en œuvre des [mesures de contrôle](#) sur le lieu de travail, les employeurs et les travailleurs peuvent prendre des mesures pour aborder les facteurs de risque sur lesquels ils exercent un contrôle, comme le manque d'activité physique, de mauvaises habitudes alimentaires, de mauvaises habitudes de sommeil et la consommation de substances.

Pour soutenir un mode de vie sain chez les travailleurs, les employeurs peuvent faire ce qui suit :

- Établir un programme pour gérer et réduire le stress.
- Créer un programme de saine alimentation.
- Établir un [programme d'aide aux employés \(PAE\)](#) pour tous les travailleurs.
- Offrir aux travailleurs des options pour [des aliments nutritifs](#).
- Offrir aux travailleurs des occasions d'avoir une [vie active au travail](#), comme en fournissant une installation et de l'équipement de conditionnement physique à la caserne de pompiers.

Connaissance et prévention du cancer professionnel dans les services d'incendie

- Fournir aux travailleurs de la crème solaire offrant un facteur de protection solaire (FPS) d'au moins 30 lorsque l'indice ultraviolet (UV) est de 3 ou plus.
- Éduquer les travailleurs sur un mode de vie sain et sur les mesures à prendre pour réduire les facteurs de risque.
- Inclure des journées de santé mentale dans la politique de congé de maladie de l'organisme.

Des exemples de la façon dont les travailleurs peuvent améliorer leurs résultats en matière de santé comprennent :

- Participer à des initiatives de gestion du stress. Utiliser des ressources, comme les [programmes d'aide aux employés \(PAE\)](#) et des programmes de soutien par les pairs.
- Manger des [aliments nutritifs](#). Suivre un guide de nutrition adapté aux pompiers ou consulter un diététiste concernant vos besoins individuels.
- Adopter un [mode de vie actif](#), qui comprend être actif pendant 30 à 45 minutes par jour et intégrer un mélange d'entraînement cardiovasculaire, de force, de flexibilité et de mobilité pour maintenir la forme physique.
- Limiter un mode de vie sédentaire impliquant peu d'exercice ou d'activité physique pendant votre temps libre.
- Pratiquer une bonne hygiène de sommeil, y compris maintenir un horaire de sommeil régulier et obtenir de sept à neuf heures de sommeil ininterrompu par nuit dans une chambre sombre et fraîche.
- Éviter de consommer de l'alcool de façon excessive. Suivre les recommandations du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS) pour la consommation.
- Ne pas consommer de produits du tabac, ne pas fumer et ne pas vapoter.
- Utiliser régulièrement une crème solaire offrant un facteur de protection solaire (FPS) d'au moins 30 lorsque l'indice ultraviolet (UV) est de 3 ou plus.

Consignation des expositions dangereuses

Les pompiers devraient consigner les détails de leurs expositions après chaque intervention au cours de laquelle il y a une exposition ou une exposition potentielle à une substance cancérigène. Si un pompier développe un cancer professionnel, un dossier d'exposition peut soutenir les demandes médicales et peut également être utilisé pour mettre à jour les procédures de l'organisme. C'est pourquoi il est important que les pompiers documentent chaque exposition tout au long de leur carrière. Les expositions peuvent être consignées par écrit ou électroniquement.

La consignation de l'exposition aux dangers devrait être adaptée à l'organisme, au type de lutte contre l'incendie et aux activités réalisées. Les détails peuvent comprendre :

- La date, l'heure et l'endroit
- Le type d'incident, par exemple, incendie résidentiel, incident de transport ou exercice d'entraînement
- L'activité effectuée, par exemple, extinction, inspection ou révision
- Les matériaux exposés et la voie d'exposition
- Les mesures de contrôle en place, comme l'équipement de protection individuelle et la décontamination primaire
- Les conditions de fumée
- Le type d'équipement utilisé
- Tous les symptômes ressentis

Dépistage médical et tests diagnostiques

Les pompiers ont un risque accru de développer certains cancers professionnels en raison de leur exposition aux substances cancérigènes, ce qui fait qu'il est essentiel de surveiller proactivement la santé pour assurer la détection précoce et la prévention. Le dépistage médical et les tests diagnostiques devraient être effectués en fonction des expositions uniques des pompiers et sont essentiels afin de détecter les problèmes de santé avant qu'ils ne deviennent graves.

Il n'existe aucune directive largement acceptée pour les fournisseurs de soins de santé concernant le dépistage du cancer ou les tests diagnostiques au Canada spécifiques aux pompiers. Toutefois, il existe des mesures que les employeurs peuvent prendre pour soutenir les travailleurs dans la détection précoce et la prévention du cancer, y compris :

Connaissance et prévention du cancer professionnel dans les services d'incendie

- Établir des programmes de surveillance médicale, y compris le dépistage du cancer pour une détection précoce. La norme NFPA 1582 *Standard on Comprehensive Occupational Medical Program for Fire Departments*, de la National Fire Protection Association, peut être utilisée comme ligne directrice.
- Éduquer les travailleurs sur leurs expositions et les risques accrus de cancers professionnels, ainsi que sur la manière de réduire leurs expositions.
- Fournir aux travailleurs des ressources pour leurs fournisseurs de soins de santé, comme une lettre expliquant leur risque accru et leur historique d'exposition.

Les travailleurs peuvent améliorer leurs résultats en matière de santé en participant à des dépistages médicaux et à des tests diagnostiques avec leurs fournisseurs de soins de santé. Les travailleurs devraient :

- Se rendre aux rendez-vous physiques annuels.
- Participer aux tests de référence initiaux.
- Effectuer un autodépistage, le cas échéant, comme pour le cancer des testicules ou de la peau.
- Fournir aux prestataires de soins de santé des ressources sur les cancers professionnels chez les pompiers, comme les types de cancers, les expositions et des délais de dépistage plus rapides.
- Développer des relations solides avec les fournisseurs de soins de santé pour communiquer efficacement leurs besoins.

Indemnisation des travailleurs et clauses de présomption

[Les commissions des accidents du travail](#) sont responsables de fournir une indemnisation aux travailleurs, qui sont blessés ou tombent malades en raison de leur travail. Les politiques d'indemnisation diffèrent selon les juridictions. Chaque juridiction au Canada reconnaît que les cancers liés aux activités de lutte contre les incendies sont des maladies professionnelles. Toutefois, la définition d'un pompier varie selon les juridictions, tout comme la couverture présomptive des cancers. Une clause de présomption fait référence à la décision d'une commission des accidents du travail, selon laquelle, si un pompier est diagnostiqué avec un cancer professionnel et que certaines conditions sont remplies, on suppose automatiquement que le diagnostic de cancer est directement causé par sa profession. De nombreuses autorités compétentes ont une clause de présomption pour le diagnostic de cancer chez les pompiers. Pour des renseignements détaillés concernant les clauses de présomption spécifiques à votre autorité compétente, veuillez vous référer à votre commission des accidents du travail.

Les employeurs devraient éduquer les travailleurs sur le système d'indemnisation des accidentés du travail qui s'applique à eux. Les travailleurs diagnostiqués avec des cancers professionnels qui sont couverts par une clause de présomption peuvent avoir droit à des prestations, y compris un soutien pour les frais médicaux et les salaires perdus.

Soutien en santé mentale

Les pompiers sont exposés à des événements qui peuvent avoir une incidence négative sur leur santé mentale et mener à l'anxiété, à la dépression, au [trouble de stress post-traumatique \(TSPT\)](#), et à l'épuisement professionnel. L'intervention précoce pour les blessures de stress post-traumatique (BSPT) peut aider à prévenir le développement de TSPT. Des ressources et un soutien en santé mentale devraient être offerts à tous les travailleurs, y compris l'accès à un [programme d'aide aux employés](#), si disponible, et une formation sur la façon de déterminer et de gérer le stress.

Veuillez consulter les ressources d'information sur la santé mentale suivantes :

- [Santé mentale](#) – Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail
- [Soutien en santé mentale](#) : Demander de l'aide – Agence de la santé publique du Canada
- [Santé mentale et bien-être](#) – Agence de la santé publique du Canada

Cette ressource a été développée en partenariat avec Santé Canada pour sensibiliser au risque de cancer professionnel chez les pompiers, en soutien aux actions indiquées dans le Cadre national sur les cancers liés à la lutte contre les incendies. La présente directive reflète la compréhension actuelle et peut changer au fur et à mesure que de nouveaux renseignements sur la santé et la sécurité des pompiers deviennent disponibles.