

# L'HUMIDITÉ ET LA VENTILATION DANS LE LOGEMENT



## La maison est un organisme vivant

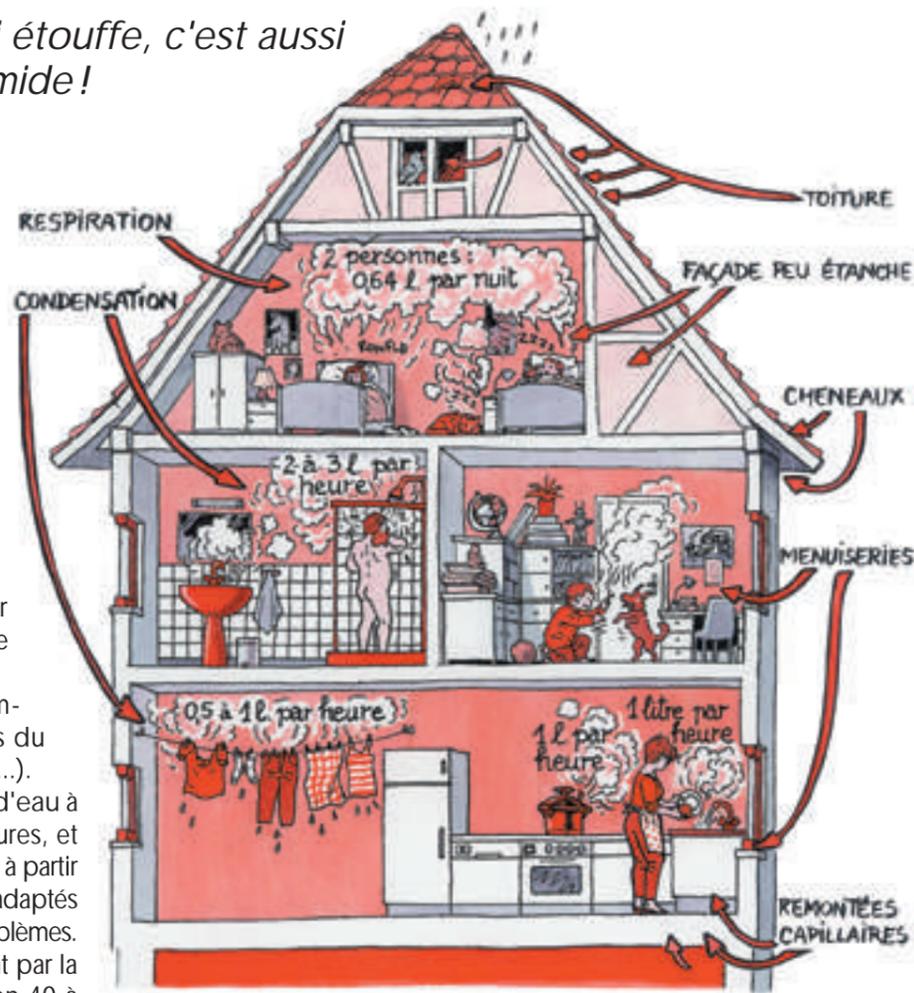
Sans aération on étouffe. Dans un espace sans aération dont l'air n'est pas renouvelé, la quantité d'oxygène diminue et celle de monoxyde de carbone (CO) augmente.

## L'habitat aussi doit respirer

C'est une question de confort mais aussi de santé ; l'air de notre habitation doit être régulièrement renouvelé pour être le plus proche possible de celui de l'atmosphère normale.

## Une maison qui étouffe, c'est aussi une maison humide !

D'où vient l'humidité ?



L'humidité représente pour les occupants, la principale cause d'insalubrité. Elle est à l'origine d'importantes dégradations du bâtiment (murs, poutres...). Ce sont les infiltrations d'eau à travers les murs, les toitures, et les remontées d'humidité à partir du sol. Seuls des travaux adaptés peuvent résoudre ces problèmes. Les occupants dégagent par la respiration et la sudation 40 à 70 g d'eau par heure.

Les activités domestiques telles que : toilette, lessive, nettoyage et séchage du linge, produisent également de l'humidité.

Au total : 10 à 20 litres d'eau par jour en moyenne

Conception et Impression CRAM Alsace-Moselle Illustrations Nicole LUCK

## Quelles sont les conséquences ?

Toutes les infiltrations et les productions de vapeur d'eau entraînent des phénomènes de condensation sur les parois les plus froides. Cette condensation varie selon l'importance du renouvellement d'air et la nature de l'isolation.

## Effets visibles dans le logement

- Dégradation des revêtements de surface: décollement des tapisseries, moisissures et champignons dans les angles de murs et les parties les plus froides du logement, derrière les meubles.
- Ruissellement sous les fenêtres...
- Inconfort du logement lié aux murs froids, surconsommation de chauffage.
- Inconfort moral, dégradations visibles, aspect sale.



## Conséquences pour la santé ?



L'humidité dans un logement va favoriser :

- la prolifération des acariens et des blattes qui aiment les milieux chauds et humides,
- la présence de champignons et de moisissures.

Dans l'atmosphère d'un logement, les acariens, les spores de moisissures sont source d'allergènes. L'allergène est une substance étrangère à l'organisme.

En contact avec un excès d'allergènes, un individu atopique (génétiquement prédisposé aux allergies) va voir augmenter ses manifestations d'allergie...

Ces manifestations allergiques pourront se traduire par un eczéma ou, sur un plan respiratoire, par des rhinites, des toux répétées, de l'asthme...

Les bébés sont plus fragiles car leurs poumons n'ont pas fini leur croissance.

Les bronches du nourrisson sont encore toutes petites, elles peuvent facilement s'obstruer.

Les bébés sont tout neufs sur le plan immunitaire, ce qui les rend particulièrement vulnérables aux infections respiratoires.

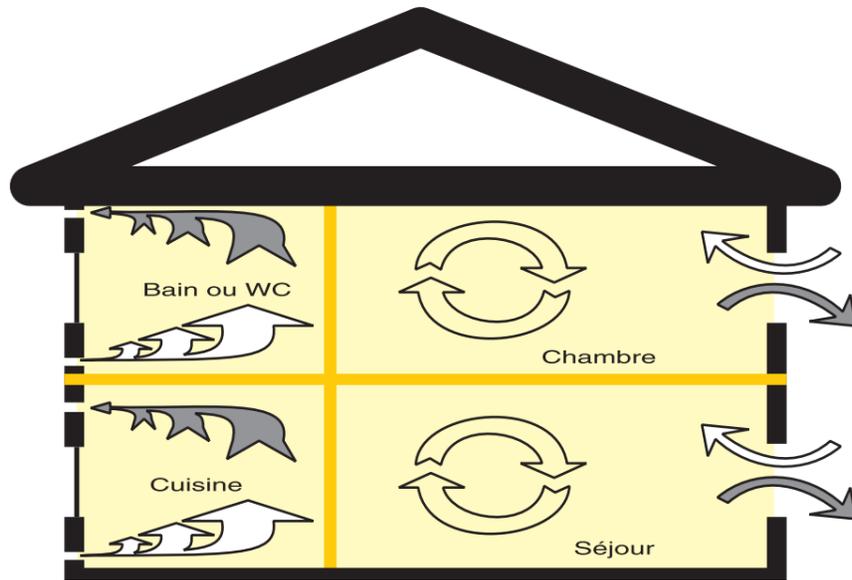


Un des remèdes contre la survenue de l'humidité : **mieux aérer.**  
**Ouvrir les fenêtres au moins 1/4 d'heure par jour, si possible matin et soir.**

## Les différents systèmes de ventilation

### La ventilation statique

Il suffit d'une amenée d'air frais en partie basse et d'une sortie d'air vicié en partie haute.

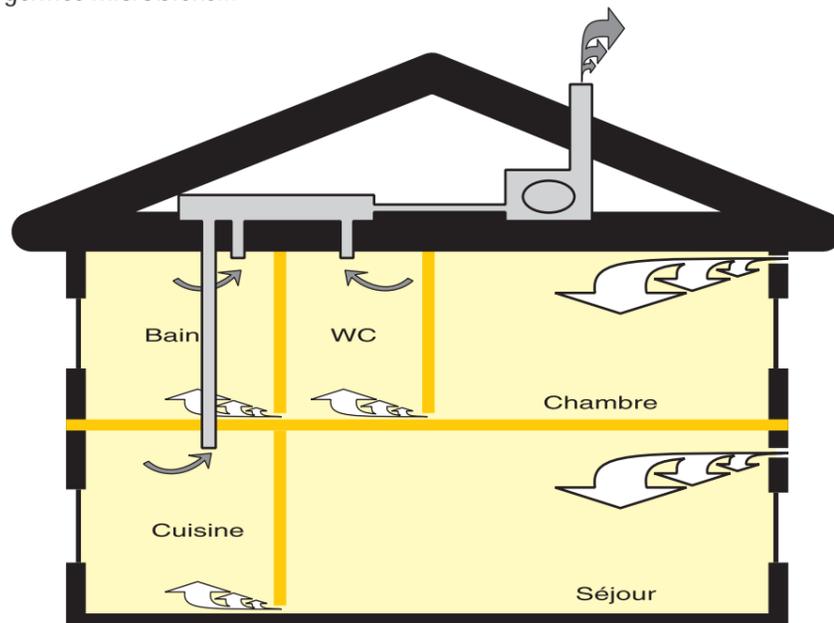


VENTILATION STATIQUE

Le renouvellement d'air évite la pollution des locaux par :

### La ventilation mécanique contrôlée

Ce système fait appel à un ventilateur. La circulation brasse l'air de la maison en emportant la vapeur d'eau, les condensations, les mauvaises odeurs, les germes microbiens...



VENTILATION MÉCANIQUE CONTRÔLÉE

la respiration humaine : production de monoxyde de carbone et d'eau, l'activité domestique : production de fumées de cuisine, poussières de maison, aérosols, solvants, fumées de tabac..., les appareils de combustion : production de monoxyde de carbone (gaz très nocif responsable d'intoxications).

Conception et Impression CRAM Alsace-Moselle Illustrations Nicole LUCK

## Ce qu'il faut faire :

**Isoler** tous les murs, la couverture ou les combles en évitant les ponts thermiques (éléments de la construction plus froids et favorisant la condensation).

Réparer les fissures : appuis de fenêtres, terrasses, façades au vent, parois de douche...

**Aérer**, vérifier l'efficacité des ventilations : grilles obstruées, encrassées par des graisses, fenêtres constamment fermées.

Il faut aérer même par temps de pluie ou de brouillard, l'air extérieur s'assèche lorsqu'il rentre dans l'atmosphère chaude de l'appartement, et il est plus facile à chauffer qu'un air saturé d'humidité.

Pendant la toilette, la cuisine, ou l'utilisation d'un autocuiseur, aérer ou mettre la VMC sur le débit maximum en utilisant la grande vitesse.

**Chauffer** en continu.

Vérifier l'existence et l'efficacité des trous de buées et des amenées d'air aménagés dans les fenêtres.



## Ce qu'il ne faut pas faire :

**Suivre de mauvais conseils d'isolation** tels que l'isolation des murs avec un isolant insuffisant ou l'isolation des combles avec un film simplement réfléchissant, et se passer des conseils d'une entreprise qualifiée.

**Vouloir stopper l'apparition d'eau en provenance du sol par des enduits étanches.** Dans de tels cas, l'eau remontera plus haut dans le mur.

**Calfeutrer les portes et les fenêtres** en l'absence d'autres modes d'aération.

**Obturer ou laisser s'encrasser les grilles d'aération.**

**Sécher le linge dans le logement** en l'absence d'une ventilation correcte. Le séchage du linge doit être réalisé dans un endroit aéré.

**Chauffer insuffisamment** un logement, ou uniquement pendant les heures d'occupation.

D'autres fiches techniques sont à votre disposition dans nos services, sur les thèmes suivants : les allergènes dans la maison, le saturnisme, les intoxications par le monoxyde de carbone, le tabagisme passif, la pollution atmosphérique, les blattes ou cafards, les pigeons des villes, conseils avant d'effectuer des travaux de rénovation, les risques liés aux activités de bricolage.