

Coronavirus et climat intérieur dans un bâtiment Minergie

Mis à jour le 19 novembre 2020 : la communication du 28 avril 2020 a été mise à jour en tenant compte des nouvelles découvertes scientifiques et du retour de la période de chauffage.

En réponse aux questions de nombreux utilisateurs concernant l'exploitation optimale d'un bâtiment ventilé mécaniquement par rapport au coronavirus, l'association Minergie, en concertation avec des experts de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et de la Haute école spécialisée de Lucerne (département IGE), informe sur les faits les plus importants concernant le coronavirus dans les bâtiments.

Transmission : il est incontestable que la transmission du coronavirus par les surfaces et les gouttelettes est au premier plan (voir OMS, OFSP, Swiss National COVID-19 Science Task Force.). On ne sait pas encore avec certitude quelle est l'influence de la transmission par aérosols - bien qu'on leur prête clairement plus d'importance qu'au début de la pandémie. Selon l'Office fédéral de la santé publique OFSP (5.11.2020, FAQ) : " À plus de 1,5 mètre, les aérosols perdent en densité. Alors, il y a moins de virus, et le risque de propagation est nettement plus faible. C'est pourquoi les contaminations par aérosol sont rares.". Il n'existe pratiquement pas de connaissances scientifiques permettant de déterminer si l'humidité de l'air joue un rôle important dans la transmission du virus.

Bâtiments avec ventilation mécanique : une bonne aération doit être assurée pour éviter une éventuelle transmission du coronavirus par les aérosols. Pour cette raison, les constructions Minergie sont parfaitement adaptées. Grâce à une enveloppe du bâtiment étanche à l'air et à un échange d'air contrôlé, la création d'un climat intérieur optimal peut être mieux assurée que dans un bâtiment ventilé manuellement par ouverture des fenêtres. Dans la majorité des bâtiments Minergie, l'échange d'air est assuré par un système de ventilation. Bien que de tels systèmes soient largement utilisés dans la construction résidentielle en Europe depuis plusieurs décennies, les inquiétudes les concernant réapparaissent régulièrement en Suisse. Les systèmes de ventilation assurent un apport continu d'air frais à l'intérieur, évacuent l'humidité et les polluants, empêchant, ainsi, la formation de moisissures. Ces éléments sont très importants du point de vue de la santé, surtout dans le contexte sanitaire actuel.

Principes du climat ambiant et du coronavirus

Qu'il s'agisse d'une maison Minergie ou d'une maison conventionnelle avec un système de ventilation, les principes suivants s'appliquent au coronavirus :

Infection par contacts et gouttelettes : Le coronavirus se propage principalement par transmission de gouttelettes infectées et par contacts directs (mains, poignées de porte, robinets, etc.). Le risque d'infection par les gouttelettes à proximité d'une personne infectée ne dépend pas de l'ampleur de la ventilation ni du degré d'humidité de l'air ambiant dans le bâtiment. Les mesures les plus importantes sont donc les mesures d'hygiène communiquées par l'Office fédéral de la santé publique OFSP, telles que se laver les mains, garder ses distances, etc. Cela s'applique, que vous soyez à l'extérieur ou à l'intérieur, dans un bâtiment ventilé par ouverture manuelle des fenêtres ou mécaniquement (1).

- **Aérosols** : On pense maintenant que la transmission par aérosols peut se produire dans certaines situations précises, en particulier dans des petites pièces mal ventilées où la ou les personnes infectées restent de longs moments avec d'autres personnes (2). Plus l'échange d'air est important (niveau de ventilation plus élevé ou aération par les fenêtres), plus ce risque diminue. Il est donc fortement recommandé de ventiler les pièces

régulièrement et fréquemment, en particulier lors d'activités impliquant une respiration profonde comme le travail physique, le sport, le fait de parler fort et de chanter. *"Une ventilation intensive et appropriée des espaces intérieurs permet d'éliminer et donc de réduire la concentration des virus en suspension dans l'air (effet de dilution). Elle peut ainsi réduire de manière préventive le risque d'infection à l'intérieur"* (14). Le port d'un masque est une mesure de protection efficace, surtout à l'intérieur (3, 4, 13).

Dans les maisons équipées de systèmes de ventilation, aucune mesure particulière n'est requise dans la vie quotidienne. Toutefois, si des personnes n'appartenant pas au ménage pénètrent dans l'appartement, le niveau de ventilation doit être augmenté avant et après la visite ou ventilé par des fenêtres transversales, et sur toute la période de présence pour les visites de plus d'une heure.

Transferts : Des transferts d'air entre les différentes pièces peuvent difficilement être évités dans une maison, qu'elle soit ventilée manuellement ou mécaniquement, un mélange d'air se produisant lorsque les portes des chambres sont ouvertes. Il ne peut pas être totalement exclu, en particulier avec des systèmes de ventilation et de climatisation anciens, que, en cas d'infiltration importante d'air extrait dans l'air neuf (par exemple, systèmes d'air recyclé, de récupération de chaleur par échangeur rotatif avec des rapports de pression défavorables, etc.), des virus puissent être transférés. Dans les immeubles résidentiels suisses, les systèmes de ventilation sont généralement utilisés là où un transfert de l'air repris vers l'air pulsé est peu probable.

Air neuf : La transmission du coronavirus par l'air (ventilation mécanique ou ventilation par les fenêtres) est considérée comme un risque extrêmement faible. Il faudrait que l'air pulsé soit directement aspiré au-dessus d'un groupe de personnes infectées et qui sont présentes depuis un certain temps. Les classes de filtres usuels actuels (F7 resp. ISO ePM1 50 %) offrent une protection suffisante pour réduire ce risque, même résiduel (4).

Qualité de l'air : De nombreuses études scientifiques montrent que la qualité de l'air dans les bâtiments ventilés par ouverture manuelle des fenêtres ne répond souvent pas aux exigences d'hygiène reconnues au niveau international, comme celles de l'OFSP ou de la Société Suisse des Ingénieurs et des Architectes SIA. L'apport continu d'air frais par une ventilation mécanique permet de maintenir à un faible niveau les concentrations de substances à l'intérieur (y compris les virus). Il a également été prouvé que les filtres installés sur les systèmes de ventilation mécanique aident à réduire le rhume des foins. Les muqueuses sont moins irritées et le risque d'infection par des virus est réduit.

Humidité de l'air : Différentes études ont démontré qu'une humidité relative de 30 à 60 % est bénéfique pour réduire la viabilité du SARS-CoV-2 (9, 10). Toutefois, selon REHVA, il n'existe aucune preuve scientifique qu'une humidification active est une mesure utile pour réduire la transmission du coronavirus (4). Il est plus important que la charge virale soit maintenue à un niveau très bas par une aération régulière.

Effet du flux d'air : Les affirmations selon lesquelles une ventilation ferait plus « tourbillonner » les virus ne sont pas fondées. Les mouvements convectifs naturels de l'air dans une pièce sont beaucoup plus importants que l'effet du flux d'air d'une ventilation mécanique, surtout dans les appartements.

Recommandations pour le fonctionnement des systèmes de ventilation pour réduire la présence du coronavirus à l'intérieur

1. Afin d'évacuer les virus hors du bâtiment aussi rapidement et complètement que possible, il est conseillé de faire fonctionner les systèmes de ventilation de manière continue, à vitesse normale (réglage d'usine) et sans jamais les arrêter (2). Les débits d'air frais ne doivent pas être réduits, une ventilation supplémentaire par les fenêtres est bénéfique.

2. Maintenant que la période de chauffage a repris, l'humidité relative à l'intérieur peut être parfois très faible (que la ventilation se fasse par des fenêtres ouvertes ou par un système mécanique). Il est donc recommandé :
 - a. d'abaisser la température intérieure à 20-21°C ;
 - b. d'activer la récupération d'humidité du système de ventilation, si un tel système existe ;
 - c. de contrôler la ventilation selon les besoins. *"Une concentration de CO₂ allant jusqu'à 1 000 ppm est encore acceptable (dans les bâtiments non résidentiels, note de Minergie), mais, pendant l'épidémie, cette valeur devrait être abaissée si possible"* (14) ;
 - d. d'ouvrir la porte de la salle de bains après une douche ou un bain (12) ;
 - e. d'envisager, si nécessaire, des mesures d'humidification supplémentaires (plantes, humidificateurs).
3. Selon l'association européenne REHVA, les systèmes de recirculation d'air doivent être temporairement arrêtés ou commutés à 100 % d'air neuf par mesure de précaution. Les hottes aspirantes à circulation d'air ne sont pas concernées par cette mesure.
4. Il n'est pas nécessaire de changer les filtres plus souvent que d'habitude et il n'est pas recommandé d'utiliser des classes de filtres plus élevées.
5. L'utilisation de purificateurs d'air *"ne peut remplacer la ventilation active, mais peut tout au plus l'accompagner dans des cas individuels"* (11). Ils peuvent être utiles dans des cas spécifiques s'ils ont une qualité de filtre HEPA ou d'une qualité inférieure (par exemple F8, F9). Dans ce cas, un plus grand volume d'air circule (11).

Nos agences de Bâle, Sion et Bellinzone sont à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.

Nous vous adressons nos meilleurs vœux de santé et de relations humaines enrichissantes malgré la distance nécessaire.

Olivier Meile
Directeur de l'agence romande Minergie
079 648 82 61

Sources :

- (1) Site de l'OFSP - coronavirus
<https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/so-schuetzen-wir-uns.html>
- (2) FAQ de l'OFSP – coronavirus
<https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/haeufig-gestellte-fragen.html?faq-url=/fr>
- (3) Site du WHO – World Health Organization avec FAQ sur le COVID-19 :
<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19-how-is-it-transmitted>
- (4) Covid Guidance Document , REHVA, version du 3 août 2020 :
https://www.rehva.eu/fileadmin/user_upload/REHVA_COVID-19_guidance_document_V3_03082020.pdf
- (5) Site de l'OFSP – Problèmes d'humidité et moisissures :
<https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/wohngifte/gesund-wohnen/feuchtigkeitsprobleme-und-schimmel.html>
- (6) Article de la SRF sur l'air ambiant, avec références, 2017 (en allemand) :
www.srf.ch/news/panorama/der-hype-ums-perfekte-raumklima
- (7) Betrieb Raumluftechnischer Anlagen unter den Randbedingungen der aktuellen Covid-19-Pandemie (en allemand) :
www.fgk.de/images/Aktuelle_Dokumente/2020/RLT_Covid19_V1_200324.pdf
- (8) Coronavirus-update avec Christian Drosten – 06.04.2020 (28) : NDR (en allemand)
<https://www.ndr.de/nachrichten/info/28-Coronavirus-Update-Auch-die-Atemluft-spielt-eine-Rolle,odcastcoronavirus174.html>
- (9) Leibniz-Institut für Troposphärenforschung : Coronavirus et taux d'humidité bas (en allemand)
<https://www.tropos.de/aktuelles/pressemitteilungen/details/coronavirus-sars-cov-2-breitet-sich-bei-niedriger-luftfeuchtigkeit-in-innenraeumen-staerker-aus>
- (10) Riken and Kobe University, Simulation avec un super computer (en anglais) :
<https://www.reuters.com/article/us-health-coronavirus-japan-supercompute-idUSKBN26Z0PI>
- (11) Étude de l'Université de la Bundeswehr à Munich sur les purificateurs d'air (en allemand) :
<https://www.diepresse.com/5889835/was-bringen-luftreiniger-im-kampf-gegen-corona>

- (12) Recommandations de l'OFSP sur l'aération :
<https://www.suisseenergie.ch/page/fr-ch/Plus-de-confort-en-ete-trucs-et-astuces-pour-son-logement>
- (13) Reportage de la SRF sur le risque des aérosols (en allemand) :
<https://www.srf.ch/play/tv/10vor10/video/fokus-aerosole---die-unterschaetzte-gefahr?urn=urn:srf:video:28719552-3b77-44f5-a365-c8a4b4fb7f74>
- (14) baua (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin) : conseils sur la ventilation pour se protéger contre le virus (en allemand) :
<https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Fokus/Lueftung.html>