

LE COIN DE LA DOCUMENTALISTE



Suzie Désilets
sdesilets@asstsas.qc.ca



Écrans, lumière et insomnie

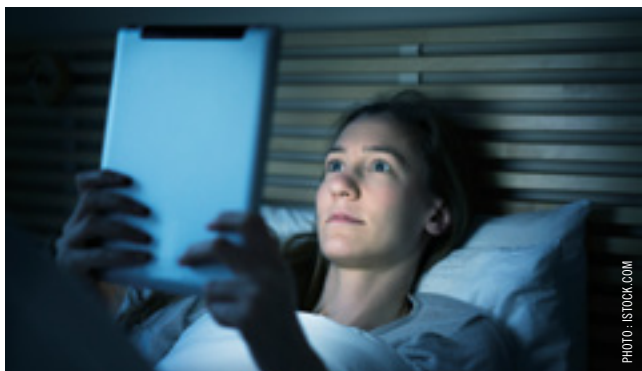
Vous éprouvez de la difficulté à trouver le sommeil ? Vous croyez qu'un peu de lecture sur la tablette ou le téléphone intelligent aidera à vous détendre et à vous endormir rapidement ? Détrompez-vous ! De plus en plus d'études révèlent que la lumière bleue émise par les écrans rétroéclairés perturberait la sécrétion de l'hormone du sommeil, la mélatonine, et nuirait ainsi à l'endormissement et à la qualité du sommeil.



GAUTIER, Marie-Anne, et autres. « Exposition à la lumière bleue. Quels sont les risques ? Quel serait l'intérêt de lunettes à filtres anti-lumière bleue ? », *Références en santé au travail*, 2016, n° 147, p.121-123 (<http://www.rst-sante-travail.fr/rst/dms/dmt/ArticleDMT/QuestionsReponses/TI-RST-QR-113/q113.pdf>).



INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Le temps d'écran, une autre habitude de vie associée à la santé*, INSPQ, 2016, 8 p. (TOPO : Synthèses de l'équipe Nutrition-Activité physique-Poids, n° 12) (https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2154_temps_ecran_habitudes_vie.pdf).



Le Wi-Fi au travail : des risques pour la santé ?

À la maison ou au bureau, la technologie Wi-Fi, ou sans fil, est maintenant omniprésente. Des individus dits « électrosensibles » accusent les champs électromagnétiques d'être responsables de leur état de santé

ou de leur inconfort physique et mental. Ces champs électromagnétiques, en l'occurrence les radiofréquences, peuvent-ils être dommageables pour la santé des travailleurs qui y sont exposés ? La D^e Anne Bourdieu, médecin à l'Institut national de recherche et de sécurité, en France, nous éclaire brièvement sur cette question.



BOURDIEU, Anne. « Wi-Fi et travail. Quels risques pour les travailleurs exposés ? », *Références en santé au travail*, 2016, n° 147, p. 124-126 (<http://www.rst-sante-travail.fr/rst/dms/dmt/ArticleDMT/QuestionsReponses/TI-RST-QR-114/q114.pdf>).

Des normes CSA mises à jour

De nouvelles versions des normes touchant la SST dans le secteur de la santé et des services sociaux ont récemment été publiées. Il est possible de connaître les modifications apportées aux éditions 2016 ou d'acheter ces nouvelles normes en version PDF ou imprimée.



Z94.3.1-16 - *Guideline for Selection, Use, and Care of Eye and Face Protectors* (<http://shop.csa.ca/fr/canada/protection-des-yeux-et-du-visage/z9431-16/invt/27015162016>).



Z1006-16 - *Management of Work in Confined Space* (<http://shop.csa.ca/fr/canada/gestion-de-la-sante-et-securite-au-travail/z1006-16/invt/27030562016>).



CAN/CSA-ISO 16571:16 - *Systems for Evacuation of Plume Generated by Medical Devices* (Adopted ISO 16571:2014, first edition, 2014-03-15) (<http://shop.csa.ca/fr/canada/securite-perioperatoire/canca-iso-1657116/invt/27039992016>).



Z195.1-16 - *Guideline on Selection, Care, and Use of Protective Footwear* (<http://shop.csa.ca/fr/canada/chaussures-de-protection/z1951-16/invt/27015102016&bklist=icat,6,shop,publications,ohs,personalprotectiveeq,uip,protectivefootwear>).



Z94.4.F11 - *Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire*. La norme n'a pas été rééditée mais a fait l'objet de modifications. Si vous avez acheté la plus récente édition publiée en 2011 et êtes inscrit au service de mise à jour des normes CSA, vous pouvez télécharger gratuitement la version confirmée en 2016 (<http://register.csa.ca/standards.csa.ca~availableupdates~web/UpdateServices.action?LANG=fr>).

ABONNEZ-VOUS AU BLOGUE

POUR ÊTRE INFORMÉ CHAQUE MOIS DES PUBLICATIONS RÉCENTES EN SST, RENDEZ-VOUS AU
COIN DE LA DOCUMENTALISTE DE L'ASSTSAS : [HTTPS://ASSTSASCOINDOC.WORDPRESS.COM](https://asstsascoindoc.wordpress.com)