

PRÉFET DE SEINE-ET-MARNE

LES RECOMMANDATIONS « CANICULE » 2019

Les recommandations sont disponibles sur le site internet du ministère de la Santé (<http://www.sante.gouv.fr>) accès par thèmes « canicule et chaleurs extrêmes » et sur le portail internet des Agences Régionales de Santé (<http://www.ars.sante.fr>)

La chaleur expose particulièrement les enfants au coup de chaleur et au risque de déshydratation rapide : ils sont plus sensibles à ces risques du fait de leur jeune âge (thermorégulation moins efficace, part d'eau dans leur poids corporel plus importante que celui de l'adulte).

DISPOSITIONS A PRENDRE :

1 - AVANT L'ETE

Architecture et matériel

- vérifier le fonctionnement des stores, des volets, du système de rafraîchissement (ou de climatisation lorsque les locaux sont climatisés),
- disposer d'au moins un thermomètre par salle,
- voir si un aménagement spécifique dans une pièce plus fraîche est envisageable,
- étudier les possibilités de limiter les entrées de chaleur dans les salles,
- s'assurer du bon fonctionnement du réfrigérateur et du congélateur (glaçons).
- vérifier, le cas échéant, la fonctionnalité du réseau d'adduction d'eau potable et le fonctionnement des douches.

Organisation et fonctionnement

- sensibiliser les professionnels au contact des jeunes enfants aux risques encourus lors d'un épisode de chaleur, au repérage des troubles pouvant survenir, aux mesures de prévention et de signalement à mettre en oeuvre,
- sensibiliser les professionnels au contact des jeunes aux risques encourus lors d'une canicule, au repérage des troubles pouvant survenir, aux mesures de prévention et de signalement à mettre en oeuvre,
- mettre à disposition les recommandations « grand public » sur les présentoirs *ad hoc*
- vérifier la possibilité de faire des courants d'air sans risque de nuisance pour l'enfant,
- veiller aux conditions de stockage des aliments.

2 - PENDANT UNE VAGUE DE CHALEUR

Organisation, fonctionnement et matériel

- protéger les façades, fenêtres exposées au soleil: fermer les volets, stores, rendre les surfaces opaques ou réfléchissantes (coller éventuellement des couvertures de survie),
- maintenir les fenêtres fermées si la température extérieure est supérieure à la température intérieure,
- vérifier la température des pièces ou installations (notamment les structures de toile et baies vitrées exposées au soleil) et avoir une solution de repli dans un endroit frais
- provoquer des courants d'air quand la température à l'extérieur est plus basse qu'à l'intérieur du lieu de vie.

- ouvrir les fenêtres tôt le matin et après le coucher du soleil ainsi que la nuit et provoquer des courants d'air dans tout le bâtiment dès que la température extérieure est plus basse que la température intérieure,
- aménager les horaires pour certaines activités (décalage tôt le matin ou plus tard le soir),
- adapter la grille d'activités en diminuant les activités à caractère physique ou se déroulant au soleil.

Conseils individuels

- se protéger

- éviter de sortir à l'extérieur pendant les pics de chaleur,
- éviter les expositions prolongées au soleil : sport, promenades en plein air...
- limiter les dépenses physiques,
- veiller à ce que les enfants/jeunes soient vêtus de façon adaptée (chapeau, vêtements légers..),
- lors de centre de vacances sous tentes, veiller à ce que les tentes soient situées à l'ombre et que les enfants/jeunes n'y séjournent pas lors de fortes chaleurs.
- en cas de sortie, les vêtir légèrement en préférant des vêtements amples, légers, de couleur claire, couvrant les parties exposées de la peau, sans oublier un chapeau, utiliser abondamment de la crème solaire (indice de protection élevé),
- ne pas laisser un enfant dans un véhicule fermé.

- se rafraîchir

- privilégier les espaces rafraîchis (idéalement 5°C en dessous de la température ambiante) ou en permanence ombragés et frais (pas sous des verrières),
- proposer des bains/douches fréquents dans la journée (avec une eau à 1 ou 2°C en dessous de la température corporelle),
- les ventilateurs n'augmentent le rafraîchissement que si la peau est humidifiée.
- Eviter les baignades en eau très froide (risque d'hydrocution)

- boire et manger

- distribuer de l'eau régulièrement (veiller à sa qualité)
- adapter l'alimentation et veiller à sa qualité (chaîne du froid).

PARTICULARITES

vigilance particulière pour les personnes connues comme porteuses de pathologies respiratoires ou autres maladies chroniques (notamment mucoviscidose, épilepsie, drépanocytose, maladies cardiaques et rénales chroniques...) et les personnes handicapées ou ne pouvant exprimer leur soif,
 si prise de médicaments : vérifier les modalités de conservation, effets secondaires en demandant avis auprès des médecins.

SIGNES D'ALERTE

Les premiers signes du coup de chaleur associent une fièvre, une pâleur, une somnolence ou une agitation inhabituelle, une soif intense avec une perte de poids.

Il faut :

- **mettre l'enfant dans une pièce fraîche,**
- **lui donner immédiatement et régulièrement à boire,**
- **faire baisser la fièvre par un bain 1 ou 2°C au-dessous de la température corporelle.**
- **Avertir les parents pour qu'ils contactent leur médecin**
- **pour les séjours avec hébergement, contacter le médecin référent du centre.**

SIGNES DE GRAVITE :

- troubles de la conscience,
- refus ou impossibilité de boire,
- couleur anormale de la peau,
- fièvre supérieure à 40°C.

Il faut appeler immédiatement le SAMU en composant le 15.