

trop chaud ?

Conseils aux personnes relais

LIEUX D'ACCUEIL DE LA PETITE ENFANCE MESURES DE PREVENTION EN CAS DE FORTES CHALEURS

Les nourrissons et les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables aux fortes chaleurs et nécessitent une attention particulière. En effet, avec des températures élevées, les enfants sont très sensibles aux risques de déshydratation et du coup de chaleur du fait de l'immaturation de leur système de thermorégulation corporelle et parce qu'ils ne peuvent accéder sans aide extérieure à des apports hydriques adaptés. Les informations ci-dessous permettront d'affronter au mieux la saison chaude dans le cadre de la prise en charge de petits enfants :

Avant l'été :

- ✓ Vérifier le fonctionnement des stores, des volets, du système de rafraîchissement ou de climatisation (s'il existe) ou étudier la possibilité d'en installer un (même temporairement) si les locaux ont tendance à surchauffer de manière importante pendant l'été. Pour les questions architecturales, prenez contact avec le bailleur.
Si aucune mesure n'est prise par le bailleur, il est possible de faire appel à la commune qui, selon l'article 16 de la loi sur la santé publique, représente l'autorité compétente en matière de salubrité des locaux. Le cas échéant, la commune peut intervenir auprès du propriétaire pour l'assainissement des locaux.
- ✓ S'assurer de disposer du matériel nécessaire à la protection des enfants vis-à-vis de la chaleur : brumisateurs, ventilateurs notamment (ces appareils augmentent le rafraîchissement uniquement si la peau est humidifiée, mais ne réduisent pas le risque de déshydratation) et d'un thermomètre médical (non frontal) pour vérifier l'éventuelle présence de fièvre.
- ✓ Si des enfants ont des problèmes de santé particuliers et/ou prennent une médication particulière, informer les parents de se renseigner auprès du médecin traitant ou du pharmacien sur les éventuelles mesures de précaution à prendre quant à la posologie et la conservation du médicament.
- ✓ Sensibiliser les professionnels et professionnelles en contact avec les jeunes enfants aux risques liés aux vagues de chaleur, à l'identification des troubles pouvant apparaître et aux mesures à prendre.
- ✓ Se renseigner auprès de la direction de l'institution au sujet de l'existence de directives spécifiques internes à appliquer lors de fortes chaleurs.

Pendant la saison estivale, le personnel est invité à consulter régulièrement les prévisions météorologiques afin d'anticiper les mesures et les dispositions à mettre en œuvre lors de la survenue des fortes chaleurs.

Pendant une vague de chaleur :

- ✓ **A l'intérieur :**
 - Fermer les fenêtres, volets ou les stores le jour
 - Aérer, créer des courants d'airs le matin tôt, le soir, voire la nuit

- Garder les bébés dans la pièce la plus fraîche
- Laisser les bébés en simple couche et, les plus grands, en sous-vêtements
- Veiller aux conditions de stockage des aliments et au respect de la chaîne du froid
- Evaluer la pertinence d'organiser une activité dans un lieu plus frais (forêt, lieu ombragé, etc.), si les conditions à l'intérieur sont peu supportables en raison de la température élevée des locaux

✓ **A l'extérieur :**

- Privilégier des sorties le matin tôt car l'air est plus frais et moins pollué
- Eviter d'exposer l'enfant de moins d'un an aux rayons directs du soleil
- Sensibiliser les parents à un habillage adéquat de l'enfant (vêtements amples, légers, de couleur claire, un chapeau à large bord, des lunettes de soleil)
- Mettre à l'enfant la crème solaire (indice de protection 50) sur les zones découvertes, rester à l'ombre le plus possible
- Eviter de couvrir la poussette avec un linge. S'assurer d'une bonne ventilation et protection des rayons UV directs avec une ombrelle

✓ **Rafrâchir l'enfant régulièrement**

- Mouiller le visage et le corps avec de l'eau
- Avec des douches ou des bains frais

✓ **Assurer une hydratation suffisante**

- Pour le nourrisson, augmenter la fréquence des biberons afin de lui garantir une hydratation adéquate
- Pour l'enfant plus grand, avec une alimentation diversifiée, lui proposer de l'eau régulièrement, même sans sensation de soif

✓ **Privilégier des aliments légers**

- Choisir des repas froids riches en eau (fruits et légumes)
- Veiller aux conditions de stockage des aliments et au respect de la chaîne du froid afin d'éviter des intoxications alimentaires

✓ **Surveillez les symptômes suivants :**

- Température corporelle élevée ($\geq 38^{\circ}\text{C}$)
- Vomissement
- Diarrhée
- Irritabilité
- Urine foncée ou absente
- Bouche, lèvres et yeux secs
- Somnolence et faiblesse

En cas de présence d'un ou plusieurs de ces signes d'alerte, appelez le médecin référent de votre institution ou la Centrale des médecins au 0848 133 133.

Le coup de chaleur est un risque vital. En cas d'inconscience de l'enfant ou impossibilité à le faire boire, appelez le 144.

En attendant de l'aide, rafraîchissez l'enfant sans tarder en :

- Appliquant de l'eau froide sur tout le corps
- L'éventant autant que possible
- Le déplaçant vers un endroit frais.

Pour en savoir plus : www.vd.ch/chaleur



RECOMMANDATIONS LORS DE L'UTILISATION TEMPORAIRE DE SYSTEMES DE CLIMATISATION

La climatisation peut être une mesure de prévention valide dans l'impossibilité d'empêcher autrement la chaleur de pénétrer par la fenêtre.

Il y a cependant certaines précautions à prendre, afin que cette mesure ne soit pas source d'autres problèmes. En effet, outre à la consommation importante d'énergie, qui contribue au réchauffement climatique et donc à l'augmentation des températures, la climatisation peut avoir un certain nombre de conséquences sanitaires.

- Un écart trop important de température lors du passage d'un local non climatisé à un local climatisé entraîne une sensation de froid avec le développement possible de pathologies infectieuses respiratoires, virales ou bactériennes
- La climatisation peut être source d'irritations de la peau et des muqueuses, oculaires et respiratoires, liés à l'émission de poussières par des systèmes ou appareils mal entretenus
- Elle peut générer des nuisances sonores (dans le local, mais aussi à l'extérieur) et gêner les occupants du local en cas d'exposition plus longue à un air rafraîchi et sec
- Plus rarement, peuvent survenir des manifestations allergiques liées à un mauvais entretien des installations
- Par ailleurs, certaines installations de climatisation (celles centrales, qui rejettent des vapeurs d'eau) peuvent engendrer un risque de légionellose lié à une maintenance insuffisante des tours de refroidissement, lorsqu'elles en sont munies.

Si l'utilisation de la climatisation résulte être indispensable, car il n'est pas possible d'envisager d'autres mesures, les précautions à prendre par le personnel de l'institution sont principalement les suivantes:

- Se faire conseiller par un professionnel pour le choix d'un appareil adéquat au volume du local et pour l'installation
- S'assurer d'un correct fonctionnement et entretien de l'appareil. Changer régulièrement les filtres
- Eviter les chocs thermiques lors des passages dans une pièce climatisée
- Habiller correctement les enfants pendant la sieste (si on les a mis en body dans les autres pièces pour mieux supporter la chaleur)
- L'utilisation de la climatisation devrait être limitée dans le temps. Dans cette situation, l'enclencher le temps nécessaire pour rafraîchir la pièce avant la sieste des enfants et l'éteindre, si possible pendant le repos
- Ne pas diriger l'air frais directement vers le bébé
- Aérer tout de même le local (la climatisation n'apporte pas d'air neuf et ne renouvelle pas l'air).

DGS, 7.05.2024