

PUBLICATION IMMÉDIATE

CHALEUR EXTRÊME : PRUDENCE!

Sherbrooke, le 26 mai 2020 – La Direction de santé publique de l'Estrie invite la population à la prudence, à la suite de l'avertissement de chaleur extrême émis par Environnement Canada. La chaleur extrême peut entraîner des effets sur la santé, notamment de la déshydratation, de la grande fatigue, des maux de tête, des nausées, des étourdissements, etc. La chaleur peut aussi aggraver la condition des personnes déjà malades et même causer la mort.

La vigilance est d'autant plus importante lors des premiers épisodes de chaleur extrême puisque le corps n'a pas nécessairement développé tous les mécanismes d'adaptation face à de telles situations.

Pour éviter les effets nocifs de la chaleur accablante, la Santé publique recommande à la population de suivre les recommandations suivantes :

- Passer quelques heures dans un endroit frais et climatisé, lorsque cela est possible.
- Boire beaucoup d'eau sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par le médecin.
- Réduire les efforts physiques.
- Donner des nouvelles à son entourage.
- Prendre une douche ou un bain frais aussi souvent que nécessaire ou se rafraîchir avec une serviette humide.

Adaptations des recommandations en contexte de COVID-19

Dans le contexte actuel de pandémie, plusieurs mesures ont été mises en place afin de diminuer la propagation du virus. Considérant que plusieurs de ces mesures ne correspondent pas aux mesures de prévention généralement mises en place lors d'une vague de chaleur, la Santé publique a adapté ses recommandations.

Écoles

Les écoles peuvent demander aux enfants d'apporter leur bouteille d'eau remplie le matin et leur permettre ensuite de la remplir au courant de la journée. Une routine de désinfection sera à mettre en place afin de diminuer les risques reliés à la transmission du virus (robinets, boutons-poussoirs des fontaines).

Étant donné le très faible nombre de cas de COVID-19 circulant en ce moment en Estrie et considérant qu'un ventilateur sur pied diminue l'inconfort lié à la chaleur, son utilisation pourrait être tolérée, en respectant les balises suivantes :

- Le flux d'air provoqué par le ventilateur sur pied ne doit pas être dirigé vers le visage des occupants de la pièce;
- Le système de rotation du ventilateur sur pied ne doit pas être en fonction.

CHSLD du CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Les 26 centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) du territoire du CIUSSS de l'Estrie – CHUS ont été préparés pour cette vague de chaleur extrême. Un guide d'intervention spécifique pour la chaleur extrême dans ces milieux existe au CIUSSS de l'Estrie – CHUS pour soutenir les intervenants dans la mise en place des consignes et tous les gestionnaires en hébergement ont été rencontrés ce matin pour l'application de ces consignes dans un contexte de pandémie :

- Tous les corridors sont climatisés.
- Le tiers des chambres sont dotées d'un climatiseur et l'ensemble des unités murales ont été installées.
- Tous les CHSLD ont au moins une salle climatisée, mais sur presque chaque étage nous retrouvons des pièces climatisées :
 - Salle à manger;
 - Salon;
 - Salle d'activité;
 - Salle de réunion;
 - Salle de physio, etc.
- En plus du système de ventilation régulier, sept CHSLD possèdent un système de déshumidification servant à réguler l'air.

Pour plus d'information sur les effets de la chaleur sur la santé, visiter le santeestrie.qc.ca/chaleur ou communiquer avec Info-Santé au 811. En cas d'urgence, appeler le 911.

- 30 -

Pour renseignements : Valérie Demers, conseillère en communication
CIUSSS de l'Estrie – CHUS
819 349-7854
valerie.demers.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca