

Prévention des risques liés à la canicule et aux fortes chaleurs

Félicie David,

chargée de communication,
direction de l'information
et de la communication, Inpes.

La vague de chaleur ou canicule¹ d'août 2003, d'une intensité et d'une durée exceptionnelles avec plus de 15 000 morts, a conduit à la mise en place, dès 2004, du Plan national canicule (PNC). Ce dispositif de prévention et de gestion de crise définit les actions de court et moyen termes, aux niveaux national et local. Il prévoit notamment un dispositif d'information à destination du grand public, des professionnels de santé et des professionnels assurant la prise en charge de personnes fragiles ou dépendantes. Schématiquement, voici quelques dates concernant les épisodes de canicule et l'évolution du dispositif.

Été 2003 : canicule – surmortalité estimée à 15 000 décès.

Mai 2004 : 1^{er} Plan canicule.

Juillet 2006, août 2012 et juillet 2013 : épisodes importants, mais de moindre intensité (faibles mortalité et morbidité par rapport à 2003).

Avril 2013 : nouveau Plan national canicule.

Mai 2014 : nouvelles recommandations du Haut Conseil de la santé publique (HCSP) insistant sur l'importance de lutter contre l'ignorance et l'isolement, notamment par le biais d'actions de communication.

Le Plan national canicule a pour objectifs d'anticiper l'arrivée d'une canicule, de définir les actions à mettre en œuvre aux niveaux local et natio-

nal pour prévenir et limiter les effets sanitaires de celle-ci, et d'adapter au mieux les mesures de prévention et de gestion au niveau territorial en portant une attention particulière aux populations spécifiques. Il vise à mobiliser l'ensemble des acteurs, à chaque maillon de la chaîne de prévention et d'urgence, tout en ayant une complémentarité entre les échelles nationale et locale : ministères, services déconcentrés de l'État, Météo France (cartes de vigilance, probabilités de dépassement de seuils d'alerte), InVS (suivis des hospitalisations et surveillance épidémiologique), conseils généraux, mairies, associations, etc.

L'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) conçoit et met en œuvre le dispositif de communication en collaboration avec les ministères et services concernés (agences régionales de santé – ARS, préfetures, etc.). Dans une logique opérationnelle, les niveaux du PNC (veille/avertissement/alerte/mobilisation maximale) sont en adéquation avec les niveaux de vigilance météorologiques.

L'information sur la canicule

La canicule représente un risque sanitaire important, en particulier chez les personnes fragiles et âgées². Chaque été, un dispositif est mis en œuvre pour informer sur les gestes à adopter en cas de forte chaleur et de canicule afin de réduire les effets sanitaires. Il comporte deux phases : l'une d'information préventive, en amont des éventuelles fortes chaleurs ; l'autre de communication d'urgence, déclenchée par le ministère chargé

L'ESSENTIEL

■

▣ Un plan national canicule organise la prévention en amont du risque et les interventions en cas de survenue d'une vague de chaleur.

▣ Au sein de ce dispositif, l'Inpes est chargé du volet « information », mis en œuvre au plus près des populations et de ses relais.

de la Santé en cas de canicule avérée dans un ou plusieurs départements (dès le passage au niveau 3 ou 4 du Plan canicule). L'objectif est de permettre à la population de connaître chaque risque en amont, pour mieux agir en cas de crise, et de donner les moyens à chacun de se prémunir contre les risques liés aux fortes chaleurs.

La prévention des risques liés à la canicule concerne l'ensemble de la population. Elle prend en compte les personnes ayant des difficultés d'accès à l'information (situation de handicap, précarité, etc.) et certaines catégories de personnes particulièrement à risque : nourrissons, jeunes enfants, personnes âgées et personnes souffrant de certaines pathologies chroniques³.

En termes de prévention, outre le fait de « fuir » la chaleur en restant le plus possible au frais, des gestes adaptés à chaque population sont à mettre en œuvre pour une protection efficace. Ainsi, les personnes dont les réserves liquides sont insuffisantes (enfants, adultes) doivent boire abondamment, alors que les personnes dont le processus de sudation est affaibli doivent se mouiller régulièrement le corps en

assurant une légère ventilation (linge mouillé, douche, brumisateur) afin de reproduire l'effet thermodynamique de refroidissement lié à l'évaporation de l'eau sur la peau. Il est également conseillé de manger en quantité suffisante (fruits, légumes, pain, soupe, etc.), passer du temps dans un endroit frais, fermer les volets le jour, éviter les efforts physiques (sport, jardinage, bricolage), ne pas boire d'alcool. Par ailleurs, il est recommandé de donner des nouvelles et d'en prendre de ses proches.

Les personnes fragiles, âgées, isolées ou handicapées peuvent se faire connaître auprès des services municipaux pour figurer sur le registre communal afin que des équipes d'aide et de secours puissent leur venir en aide en cas de vague de fortes chaleurs. Il leur est également suggéré de s'organiser avec des proches ou des voisins pour rester en contact au quotidien.

Un dispositif de communication pour tous

Le *dispositif de communication*, revu en 2015, comporte deux volets : comprendre les risques et agir en adoptant les gestes de prévention. La stratégie vise à toucher le plus de personnes possible en facilitant l'accès à l'information par un gain de lisibilité, une amélioration de la compréhension des messages, ceci tout en simplifiant le dispositif au niveau du fond et de la forme. Des supports attractifs, pédagogiques et pragmatiques ont été conçus ; ce sont des documents génériques illustrés, avec une déclinaison pour les personnes âgées dépendantes ou fragiles et une pour celles ayant des difficultés d'accès à la lecture. La conception des supports a fait l'objet de pré-tests auprès du grand public (adultes, personnes âgées, jeunes parents) et de recueil d'avis auprès de professionnels (médecins généralistes, gériatres, responsables de structures pour personnes âgées, etc.).

Le *dispositif de prévention* est composé de plans de diffusion des documents, partenariats, relations presse et présence sur le Web. Pour le grand public, une affiche et un dépliant « Canicule, fortes chaleurs. Adoptez les bons réflexes » présentent les moyens de se protéger en cas de hausse importante des températures,

donnent les numéros et les sites utiles afin d'obtenir davantage d'informations. Plus détaillé, le dépliant décrit les effets de la canicule sur l'organisme. Ces deux documents sont aussi disponibles en langue anglaise. Concernant les personnes âgées dépendantes ou fragiles, l'affiche dite « Ehpad » donne des conseils de prévention spécifiques. Un dépliant de la collection « Repères pour votre pratique » est également disponible sur le site de l'Inpes pour informer les professionnels de santé⁴. Par ailleurs, depuis 2008, des documents accessibles sont proposés aux publics en situation de handicap : une version en braille pour les personnes aveugles, une version en gros caractères pour les personnes malvoyantes et une version adaptée aux personnes sourdes (version très visuelle) dont l'accès à la langue française est difficile.

Le *dispositif de crise*, coordonné par le ministère de la Santé, se compose de spots télévisés et radio avec réquisition d'espace publicitaire, partenariats, Web⁵.

Développer la proximité

Les supports ont été conçus pour concerner le plus grand nombre. Ils sont centrés sur les gestes à adopter, et aucun type de public n'est représenté afin de ne pas exclure des personnes qui ne se reconnaîtraient pas sur les supports et qui seraient concernées.

Une diffusion des documents grand public ainsi que des dépliants adaptés aux publics malentendants et malvoyants est effectuée chaque année auprès des ARS, préfectures, conseils régionaux, Ireps, pharmacies, boulangeries, gardiens d'immeubles, professionnels du tourisme, professionnels du bâtiment, PMI, crèches, professionnels de santé, Croix-Rouge, services d'aide à la personne, etc. Les outils accessibles sont également diffusés par le biais de réseaux plus ciblés (associations, établissements médico-sociaux, etc.).

Outre la poursuite des collaborations engagées dès 2004 avec Météo France et avec le Conseil de l'ordre des pharmaciens, des partenariats sont mis en place ou reconduits chaque année⁶. Enfin, une information générale est diffusée auprès des médias locaux et nationaux pour sensibiliser en amont. ■

1. La canicule est présente lorsque qu'il y a une forte chaleur, une température élevée qui ne descend pas la nuit ou très peu et ce, au moins trois jours d'affilée.

2. L'exposition d'une personne à une température extérieure élevée pendant une période prolongée, sans période de fraîcheur suffisante (la nuit notamment) pour permettre à l'organisme de récupérer, est susceptible d'entraîner de graves complications par dépassement des capacités de régulation thermique du corps humain et d'aggraver des pathologies préexistantes.

3. À partir d'un certain âge, ou dans le cas de certaines maladies chroniques, le processus de sudation est affaibli. Lorsque la transpiration est insuffisante, l'effet réfrigérant par évaporation de la sueur n'a pas lieu et le corps n'arrive pas à maintenir sa température à 37°C. La température corporelle peut alors s'élever jusqu'à 40°C et les personnes risquent l'hyperthermie ou « coup de chaleur ». Pour ce qui est des enfants et des adultes, ils transpirent beaucoup, notamment en cas d'activité physique intense. Ils perdent beaucoup d'eau et leurs réserves liquides peuvent devenir insuffisantes. Ils risquent alors la déshydratation.

4. Document de quatre pages intitulé « Fortes chaleurs : prévenir les risques sanitaires chez la personne âgée ». En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1033.pdf>

5. Soit deux spots télévisés, un spot grand public (accessible aux publics sourds et malentendants avec sous-titres et traduction en langue des signes française - LSF) livré en amont aux chaînes concernées, et un spot automobiliste envoyé aux radios d'autoroute. Un spot radio grand public est envoyé à Radio France dans le cadre d'une réquisition, mais également à des radios privées volontaires en cas de canicule. Sur Internet, une version longue du spot TV grand public est mise en ligne.

6. Avec La Poste, ou encore la Confédération nationale de la boulangerie, et plus spécifiquement pour les travailleurs : l'INRS (Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles) et l'OPPBT (Organisme professionnel de prévention du bâtiment et des travaux publics). En cas d'urgence, la diffusion de dépliants et d'affiches peut être activée via un partenariat avec la RATP et via les kiosques à journaux. Ce dispositif est activé localement en cas de canicule en Île-de-France, sur ordre du préfet.