

Informations sur la santé et la sécurité

Éducation et Apprentissage de la petite enfance

Chaleur extrême et fiche de renseignements sur l'avertissement de chaleur

Pour les garderies autorisées, les prématernelles et les garderies familiales à domicile

Qu'est-ce qu'un épisode de chaleur extrême?

Un épisode de chaleur extrême se produit lorsque les températures de jour et de nuit sont beaucoup plus élevées que les normales saisonnières et peuvent entraîner des risques accrus pour la santé. Ces épisodes peuvent comprendre des avertissements de chaleur ou des avis de chaleur émis par Environnement et Changement climatique Canada, ainsi que des périodes de températures élevées soutenues, même lorsque aucun avis officiel n'est en vigueur.

Pourquoi la chaleur extrême est-elle un enjeu important en services de garde d'enfants?

Les épisodes de chaleur extrême sont de plus en plus fréquents et peuvent entraîner des risques importants pour la santé, particulièrement chez les jeunes enfants. Les enfants ont une capacité moindre que les adultes à réguler leur température corporelle et peuvent ne pas être en mesure de reconnaître ni de communiquer les signes liés aux maladies causées par la chaleur. Des températures élevées peuvent rapidement entraîner une déshydratation, un épuisement dû à la chaleur ou un coup de chaleur si des mesures de prévention ne sont pas prises.

Rôle des fournisseurs de services de garde d'enfants

- Surveiller quotidiennement les prévisions météorologiques pendant les mois de temps chaud afin de connaître les avis et les avertissements de chaleur, en consultant la page des prévisions météorologiques d'Environnement Canada http://www.meteo.gc.ca/canada_f.html ou [l'application MétéoCAN](#)
- Adapter les activités, les horaires et les environnements afin de réduire l'exposition à la chaleur.
- Observer attentivement les enfants afin de déceler les signes de maladies liées à la chaleur et intervenir rapidement.

Comprendre les avertissements et les avis de chaleur

- Les avis de chaleur sont émis lorsque les températures prévues sont suffisamment élevées pour accroître les risques de maladies liées à la chaleur, particulièrement chez les populations vulnérables telles que les jeunes enfants. Les avis indiquent qu'il est nécessaire de redoubler de vigilance et de mettre en œuvre des mesures de prévention.
- Les avertissements de chaleur sont émis lorsque des conditions de chaleur plus intenses ou prolongées sont attendues et que le risque de maladies liées à la chaleur est accru. Les avertissements signalent la nécessité de prendre des mesures de protection immédiates afin de réduire les risques pour la santé.

- Le système d'alerte et d'intervention en cas de chaleur du Manitoba — [Avis de chaleur et interventions | Santé | Province du Manitoba](#) — fournit des orientations pour reconnaître les épisodes de chaleur et prendre des mesures de protection appropriées lors d'avis de chaleur et d'avertissements de chaleur, y compris des considérations supplémentaires pour les services de garde d'enfants et d'autres milieux au service des populations vulnérables.

Planification des activités extérieures par temps chaud

- Prévoir les activités en plein air durant les moments les plus frais de la journée, notamment tôt le matin;
- réduire l'intensité et la durée d'activités physiques;
- prévoir des pauses fréquentes dans des zones ombragées ou climatisées;
- annuler les activités en plein air ou les tenir à l'intérieur en cas d'avis ou d'avertissements de chaleur.

Hydratation et rafraîchissement

- Veiller à ce que l'eau potable soit facilement disponible et encourager les enfants et le personnel à boire de l'eau fréquemment;
- proposer des pauses pour boire de l'eau plus souvent que d'habitude, même si les enfants ne le demandent pas;
- utiliser des stratégies de refroidissement telles que l'ombre, les ventilateurs, des chiffons humides et frais ou des espaces climatisés lorsque cela est possible.

Vêtements et protection solaire pendant la chaleur

- Encourager le port de vêtements de couleur claire, amples et respirants;
- utiliser des chapeaux à large bord et de la crème solaire lors des activités extérieures;
- éviter de porter des vêtements lourds, foncés ou contraignants par temps chaud;
- pour en savoir plus sur la sécurité au soleil, consulter la fiche d'information sur la prudence au soleil de l'Apprentissage et de la Garde de la petite enfance en ligne à l'adresse suivante :
http://www.gov.mb.ca/education/childcare/resources/pubs/elcc_sun_safety_fr.pdf.

Enfants exposés à un risque accru lié à la chaleur

- Les nourrissons et les jeunes enfants sont plus à risque de maladies liées à la chaleur.
- Les enfants atteints de maladies chroniques, de fièvre ou de déshydratation peuvent être plus vulnérables.
- Des précautions additionnelles doivent être prises pour les enfants qui ne peuvent pas exprimer clairement leur malaise.

Signes de maladie liée à la chaleur

- Les signes d'épuisement thermique peuvent inclure une transpiration abondante, de la fatigue, des étourdissements, des maux de tête, des nausées ou de l'irritabilité.
- Les signes de coup de chaleur peuvent inclure la confusion, une peau chaude ou sèche, une respiration rapide ou une perte de conscience.
- Le coup de chaleur est une urgence médicale et nécessite une action immédiate.
- Pour en savoir plus sur la chaleur extrême et les mesures de protection de la santé, bien vouloir consulter le site [Web La chaleur et votre santé](#) et le [Le Guide du Manitoba sur le système d'avertissement et d'intervention en cas de chaleur](#).

Répondre aux maladies liées à la chaleur

- Déplacer immédiatement l'enfant dans une zone plus fraîche;
- offrir des liquides si l'enfant est conscient et capable de boire en toute sécurité;
- détacher ou enlever l'excès de vêtements et refroidir le corps à l'aide de chiffons ou de ventilateurs froids;
- consulter immédiatement un médecin si les symptômes sont graves ou s'aggravent.

Pratiques recommandées pour les programmes d'apprentissage et de garde des jeunes enfants

- Élaborer un plan d'intervention en cas de chaleur extrême pour l'établissement. Consulter la section *Comment élaborer un plan d'intervention en cas de chaleur extrême* ci-dessous pour obtenir des orientations sur l'élaboration de ce plan;
- examiner les procédures d'urgence et les responsabilités du personnel avant l'été;
- communiquer clairement aux familles les politiques et les attentes liées à la chaleur;
- examiner et ajuster les pratiques à la suite d'épisodes de chaleur, au besoin.

Comment créer un plan d'intervention en cas de chaleur extrême

Un plan d'intervention en cas de chaleur extrême permet aux programmes de se préparer aux périodes de chaleur et d'adopter une réponse cohérente lorsque les températures peuvent présenter un risque pour les enfants et le personnel. Les plans peuvent être concis et devraient être intégrés au plan de sécurité renforcé de l'établissement.

En voici quelques éléments clés :

1. Quand le plan s'applique
 - Le plan s'applique lorsqu'il y a des avis de chaleur, des avertissements de chaleur ou pendant des périodes de temps exceptionnellement chaud.
 - Le plan indique qui est responsable de la surveillance des conditions météorologiques (par exemple, le directeur ou son représentant).
2. Mesures de prévention
 - Fournir un accès régulier à de l'eau potable et prévoir des pauses d'hydratation;
 - adapter les périodes de jeu en plein air (durées plus courtes, endroits ombragés, heures plus fraîches de la journée);
 - utiliser des espaces intérieurs ou ombragés pendant les périodes de forte chaleur;
 - encourager le port de vêtements appropriés, de chapeaux et l'utilisation de crème solaire, au besoin.
3. Rôles et responsabilités du personnel
 - Désigner une personne pour surveiller les enfants afin de repérer les signes de maladie liée à la chaleur;
 - désigner une personne pour adapter les routines et les activités et informer les familles des changements;
 - s'assurer que le personnel sait quoi faire et qui prévenir si un enfant présente des signes de stress lié à la chaleur.

4. Réponse aux maladies liées à la chaleur

- S'assurer que le personnel est en mesure de reconnaître les signes d'épuisement dû à la chaleur et de coup de chaleur;
- se référer aux procédures médicales et d'intervention d'urgence en vigueur, y compris le moment de consulter un médecin.

5. Communication avec les familles

- Expliquer comment les familles seront informées des adaptations liées à la chaleur et des attentes connexes;
- transmettre les politiques relatives à la chaleur avant le début de l'été, dans la mesure du possible.

6. Révision et amélioration

- Revoir les pratiques après une période de chaleur extrême;
- réviser le plan au besoin et transmettre les changements au personnel et aux familles.

Pour plus de renseignements :

- Consulter le site Web [La chaleur et votre santé](#)
- [Le Guide du Manitoba sur le système d'avertissement et d'intervention en cas de chaleur](#)
- [La chaleur et votre santé](#) - Feuille de renseignements
- Affiche [Quand il fait chaud](#)
- [Chaleur extrême](#) : Aperçu
- [Demeurez en santé dans la chaleur](#)
- [Gardez les enfants à l'abri de la chaleur!](#)

Gouvernement du Manitoba | Éducation et Apprentissage de la petite enfance
<http://www.gov.mb.ca/education/childcare/index.fr.html>.