Pour un été au camp en santé

Coup de chaleur

Description

L'exposition à la chaleur peut entraîner divers malaises : crampes, déshydratation, épuisement et même un coup de chaleur. Lorsqu'il fait très chaud, plusieurs mesures peuvent être mises en place pour assurer la santé des enfants. Ces actions sont particulièrement importantes puisque l'adaptation des enfants à la chaleur prend plus de temps que celle des adultes. Leur risque de souffrir d'un problème lié à la chaleur est donc plus élevé.

Quoi observer?

- Le coup de chaleur peut être reconnu par :
  - Une température corporelle au-dessus de 40 °C.
  - Une peau sèche, rouge et chaude.
  - Un pouls et une respiration rapides.
  - Un mal de tête.
  - Un changement de l'état de conscience (confusion, désorientation, convulsions, évanouissement).

Quoi faire?

- Si un enfant présente des signes pouvant évoquer un coup de chaleur :
  - **Appeler immédiatement le 911**
  - En attendant les secours, dans un endroit frais ou ombragé, tenter d'abaisser la température corporelle en l'aspergeant d'eau tiède et en éventant énergiquement sa peau.
  - Il est inutile d'offrir des médicaments pour diminuer la fièvre.

Pour en savoir plus et pour de l'information sur d'autres problèmes de santé, visitez le **www.santemonteregie.qc.ca/centre/pour-un-ete-au-camp-en-sante** ou **numérisez le code QR** avec votre téléphone intelligent

Une production de la Direction de santé publique de la Montérégie

Québec