



Basses températures et vagues de froid

Dernière mise à jour: 2023-08-10

Informations clés

- Une vague de froid se caractérise par une chute des températures bien en deçà des moyennes saisonnières d'une région. Elle peut être précédée ou accompagnée d'intenses phénomènes météorologiques hivernaux, comme des blizzards ou des chutes de grêle.
- Lorsque les vagues de froid et autres épisodes météorologiques de grands froids sont associés à des vents forts, le ressenti des basses températures est encore plus prononcé.
- Outre des effets notables sur la santé, les vagues de froid peuvent avoir d'importantes répercussions sur les cultures et le bétail, et entraîner des perturbations des services, des infrastructures, de l'alimentation en électricité et des approvisionnements.
- Les changements climatiques sont associés à une hausse des températures au niveau mondial et à des phénomènes météorologiques extrêmes, dont les vagues de froid et autres épisodes de froid extrême.
- Les épisodes météorologiques de froid extrême sont fréquents en Europe, mais certains se sont récemment produits dans des endroits où les températures sont habituellement bien plus élevées (comme au Texas, aux États-Unis, en 2021).

Principaux effets sur la santé

Problème de santé	Facteurs de risques
-------------------	---------------------

Maladies liées au froid :

• **Hypothermie** : on parle d'hypothermie lorsque la température corporelle descend en dessous de 35 °C. L'hypothermie est le plus souvent provoquée par des températures basses ou une immersion dans de l'eau froide ; elle peut être modérée ou grave. Il existe différents stades d'hypothermie, marqués par des symptômes comme des tremblements, une baisse de la température cutanée ou une perte des capacités motrices. Certains peuvent évoluer vers une hypothermie grave, qui se manifeste par un ralentissement du rythme cardiaque et de la respiration des victimes. Dans certains cas, en l'absence de traitement rapide, le rythme cardiaque peut devenir irrégulier, et un dysfonctionnement cardiaque et pulmonaire mortel peut finir par se produire.

• **Gelures** : blessures provoquées par le gel de la peau et des tissus sous-cutanés, provoquant une perte de sensation et de coloration dans les zones touchées. Le nez, les oreilles, les joues, le menton, les doigts ou les orteils sont le plus souvent atteints. Des gelures graves peuvent entraîner une amputation et/ou des caillots de sang.

• **Engelures** : inflammation douloureuse des petits vaisseaux sanguins de la peau à la suite d'une exposition répétée au froid. Elle peut provoquer des démangeaisons, des plaques rouges, des gonflements et des cloques, principalement sur les mains et sur les pieds.

• **Pied des tranchées** : blessure des pieds entraînée par une exposition prolongée à un environnement froid et humide. Les symptômes peuvent se traduire par des démangeaisons, susceptibles d'évoluer vers des engourdissements, une enflure des pieds et une odeur de décomposition. Des définitions détaillées et des informations supplémentaires sont disponibles ici.

- Les travailleurs exerçant certaines professions, par exemple dans les domaines de l'agriculture, de la pêche et de la construction, sont davantage susceptibles d'être exposés au froid.
- Certains comportements, comme une consommation excessive d'alcool, ou des vêtements inadaptés peuvent accroître les risques.
- Certains médicaments peuvent avoir des effets différents lorsque la température corporelle est basse et poser un risque pour les problèmes de santé associés à leur prise.
- Les personnes vivant dans des logements précaires ou inadaptés, qui ne peuvent échapper aux basses températures, sont particulièrement à risque.
- Les adeptes des sports d'hiver, les enfants (de moins d'un an) et les personnes âgées (de plus de 65 ans) sont également davantage exposés aux risques de gelures et d'hypothermie.

<p>Aggravation de maladies cardiovasculaires et respiratoires chroniques préexistantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les basses températures peuvent aggraver certaines maladies respiratoires et cardiovasculaires chroniques. • Les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires se plaignent souvent d'une aggravation des symptômes (pouvant se traduire par des angines, des arythmies, etc.) ; il convient de les renseigner sur les vêtements d'extérieur appropriés par temps froid.
<p>Blessures et traumatismes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les routes verglacées peuvent entraîner une hausse des accidents de la circulation.
<p>Intoxication au monoxyde de carbone : parmi les symptômes fréquents figurent les maux de tête et les nausées, les vomissements, un état de confusion, et parfois de graves problèmes médicaux pouvant même entraîner la mort</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'utilisation d'appareils de chauffage/de cuisson prévus pour l'extérieur afin de réchauffer l'intérieur d'une pièce peut entraîner une intoxication dangereuse et potentiellement mortelle au monoxyde de carbone. Ce gaz étant incolore et inodore, et les symptômes plutôt courants (maux de tête, étourdissements, nausées, etc.), le diagnostic est souvent posé très tardivement ou après le décès de la victime.
<p>Transmission accrue de maladies respiratoires, de maladies cutanées et de maladies évitables par la vaccination</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les vagues de froid peuvent perturber la prestation des services de santé de base. • Les phénomènes météorologiques associés au froid et la transmission de certaines maladies infectieuses sont liés par des modifications de la dynamique de transmission, de la réceptivité de l'hôte et des conditions de survie du virus dans l'environnement. Des études ont par exemple montré que les basses températures étaient associées à une transmission accrue du SRAS-CoV-2, entraînant une incidence plus élevée du Covid-19 (voir également cette analyse de 2021). Les pics des épidémies de grippe coïncident avec des conditions météorologiques froides et sèches ; le mécanisme par lequel les températures influent sur la transmission reste toutefois peu clair (voir cette analyse de 2011 et cette étude de 2014).
<p>Risques professionnels : accidents ou blessures liés au travail</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Il a été constaté que les risques de blessures étaient plus importants par temps froid pour les travailleurs exerçant dans les secteurs de la pêche, des transports et de la distribution d'électricité, de gaz et d'eau dans les pays à revenu intermédiaire et élevé (voir par exemple cette étude épidémiologique de 2019 menée en Italie).

Conséquences sur la santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> • D'après l'Organisation mondiale de la santé, les changements climatiques représentent de graves risques pour la santé mentale et le bien-être. Les phénomènes météorologiques extrêmes et les changements climatiques peuvent accroître les niveaux d'anxiété, et les épisodes de grand froid peuvent entraîner des troubles de l'humeur. • Il convient de noter que ces effets risquent davantage de toucher les personnes déjà atteintes de problèmes de santé mentale et celles disposant de faibles ressources, qui peuvent être confrontées à des facteurs de stress mental aggravants comme l'insécurité alimentaire ou l'accès limité aux soins de santé.
-----------------------------------	---

Veillez consulter la fiche catastrophe « Inondations » pour obtenir des informations supplémentaires sur les inondations et les effets connexes sur la santé provoqués par la fonte des neiges.

Actions prioritaires pour les équipes ayant une capacité d'intervention en santé publique et communautaire

Mesures immédiates	<ul style="list-style-type: none"> • Assurer les premiers soins et le transport en ambulance des personnes blessées et des victimes d'intoxication au monoxyde de carbone. • Recenser les principaux facteurs de risques des affections et des maladies liées au froid, et mener des activités de prévention et de préparation. • Si besoin, transférer les personnes vulnérables de leur domicile vers des centres d'accueil chauffés.
Surveillance	<ul style="list-style-type: none"> • Activer les systèmes de détection précoce des maladies : surveiller l'évolution des conditions météorologiques pour savoir quand les vagues de froid et les tempêtes hivernales sont susceptibles de se produire.

Interventions communautaires et mobilisation sociale

- Recenser les groupes vulnérables dans la communauté et leur accorder la priorité. Les personnes les plus vulnérables aux basses températures sont les personnes âgées, les nourrissons et les enfants en bas âge, les personnes socialement et économiquement défavorisées, les personnes atteintes de maladies chroniques, les personnes souffrant de malnutrition et les personnes en situation de déplacement (comme les migrants et les réfugiés).
- Mener des campagnes de sensibilisation du public sur les vagues de froid et leurs incidences sur la santé, et prendre des mesures de prévention consistant notamment à :
 - repérer les sources de chaleur à proximité qui peuvent être utilisées en cas d'urgence, comme une cheminée ou une cuisinière, dans des lieux correctement ventilés. Envisager de cartographier ces endroits dans le périmètre de la communauté ;
 - éviter d'utiliser des appareils de chauffage/de cuisson prévus pour l'extérieur dans des pièces fermées non ventilées, car il existe des risques d'intoxication au monoxyde de carbone et de décès ;
 - insister sur l'importance de préparer les véhicules de façon appropriée en vue des conditions hivernales ;
 - prendre des mesures visant à prévenir le gel des canalisations (pour l'eau courante) ;
 - si besoin, établir un plan pour disposer d'approvisionnements en quantité suffisante, comme de l'eau en bouteille (en cas de gel des canalisations), des denrées alimentaires et des médicaments (en cas de tempête de neige annoncée).
- Venir en aide aux personnes âgées et accorder une attention particulière aux personnes vivant dans des maisons de soins (par exemple, organiser des visites de sensibilisation dans ces centres).
- Accorder une attention particulière aux personnes socialement et économiquement défavorisées, qui sont susceptibles de vivre dans des logements inadaptés et d'avoir un accès limité aux messages d'alerte et aux soins de santé.
- Dans certains cas, il arrive que les autorités locales mettent en place des « centres d'alerte », soit des lieux publics sûrs où la population peut se mettre au chaud et éviter ainsi les maladies liées au froid. Les équipes de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge devraient expliquer où sont ces endroits et leur importance. Si besoin, elles peuvent transférer les personnes vulnérables de leur logement aux centres d'alerte, ou établir leurs propres centres d'alerte si les autorités locales ne l'ont pas fait.
- Sensibiliser le public à l'importance de contrôler régulièrement le bien-être du bétail pour s'assurer que les animaux ne souffrent pas du froid (protéger les animaux, les nourrir davantage et leur donner suffisamment d'eau).
- Encourager la mobilisation sociale en faveur des campagnes de vaccination d'urgence si besoin (en particulier contre la grippe et le Covid-19).
- Organiser des distributions de vêtements chauds pour les migrants et les réfugiés, ainsi que pour les personnes vivant dans des centres d'accueil.
- Garantir l'accès à des services de santé mentale et de soutien psychosocial aux membres des communautés et aux employés/volontaires. Ces services peuvent comprendre (sans s'y limiter) : une évaluation régulière des besoins en la matière ; la fourniture d'informations actualisées sur la situation en coopération avec les autorités ; la formation des volontaires à la fourniture d'un soutien psychosocial ; le recours à des équipes mobiles assurant diverses formes de soutien ; des services de soutien psychosocial dans les centres d'évacuation/d'accueil ; la fourniture d'une aide spéciale aux groupes vulnérables ; la coordination des différents services afin de fournir des soins supplémentaires.
- Détecter les cas de maladies à haut risque au sein de la communauté (voir la liste des fiches maladies ci-après) et orienter les malades vers les structures de santé identifiées au préalable. Il faudra prévoir des voies d'orientation, c'est-à-dire recenser les établissements de soins de santé primaires existants et évaluer les normes minimales de soins de qualité ainsi que leur accessibilité (en tenant compte des obstacles géographiques et financiers).
- Veiller à la sécurité et au bien-être des volontaires. Conserver de l'eau potable en quantité suffisante et garantir l'accès à des espaces chauffés dans la communauté pour les volontaires de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et pour les employés de toutes les sections. Si possible, fournir des blousons chauds, des gants et des bonnets.
- En raison des normes sociales et selon le statut socioéconomique, les femmes et les hommes peuvent être touchés différemment par les vagues de froid (par exemple, dans de nombreux pays, les hommes travaillent généralement davantage que les femmes dans les secteurs de la pêche et des transports). Par conséquent, il peut être nécessaire de concevoir les interventions communautaires sur la base d'évaluations et d'une planification des risques fondées sur le genre et les vulnérabilités.

Pour les équipes dotées de capacités d'intervention clinique supplémentaires

Veillez vous référer aux directives locales ou internationales pertinentes en matière de gestion clinique des cas. Toute gestion clinique, y compris l'administration de tout traitement, doit être menée par des professionnels de santé.

Liste des interventions essentielles de soins de santé primaires

Parmi les interventions essentielles de soins de santé primaires pendant une vague de froid figurent les suivantes :

- Mettre en place un système de recensement, de prise en charge et d'orientation (si nécessaire) pour les affections et les problèmes de santé liés au froid, ainsi qu'un système de recensement, d'orientation et de prise en charge (si possible) des cas d'intoxication au monoxyde de carbone.
- Vacciner les personnes contre les maladies respiratoires comme la grippe et le Covid-19.

Une liste de points à vérifier pour évaluer les vulnérabilités des établissements de soins de santé et des personnels de santé en cas de vague de froid est disponible [ici](#) :

OMS, 2021 Checklists to assess vulnerabilities in health care facilities in the context of climate change: Cold waves.

Fiches maladies qui peuvent être pertinentes

- > Hépatite A
- > Rougeole
- > Infections respiratoires aiguës (IRA) : Grippe (aviaire et saisonnière)
- > Covid-19
- > Maladies diarrhéiques
- > Hépatite E
- > Méningite à méningocoques
- > Poliomyélite (polio)
- > Fièvre typhoïde