

AFFECTIONS CHRONIQUES QUI AUGMENTENT LA VULNERABILITÉ A LA CHALEUR

CERTAINES MALADIES CHRONIQUES AUGMENTENT LE RISQUE D'EFFETS INDÉSIRABLES CAUSÉS PAR LA CHALEUR, TANT DANS LA POPULATION GÉNÉRALE QUE CHEZ LES TRAVAILLEURS

Maladies thyroïdiennes

Les hormones thyroïdiennes induisent la libération d'énergie thermique par les cellules

Obésité

Chez les personnes obèses, l'effort cardiaque nécessaire pour travailler dans des environnements chauds est accru

Asthme et bronchite chronique

La chaleur peut provoquer une bronchoconstriction et des crises d'asthme, surtout en présence d'un taux d'humidité élevé

Diabète

- Entrave la dispersion de la chaleur en raison d'une vasodilatation réduite due à une altération globale de la réactivité de la microcirculation, une condition exacerbée par une éventuelle neuropathie périphérique, qui réduit et ralentit l'activation des mécanismes de thermorégulation
- Une hypoglycémie peut survenir lors d'un effort physique intense



Troubles mentaux et maladies neurologiques

Ils peuvent entraîner une altération de la perception des risques liés à la chaleur et, par conséquent, l'adoption d'un comportement inapproprié

Maladies cardio-vasculaires

Elles peuvent compliquer le travail cardiaque nécessaire, d'une part, à la dispersion de la chaleur par l'augmentation du débit vers les zones périphériques et, d'autre part, à l'augmentation du débit sanguin vers les zones musculaires impliquées dans l'effort, en particulier pour les tâches métaboliquement exigeantes

Maladies rénales

- Pour les personnes souffrant d'insuffisance rénale ou dialysées, une association fréquente avec l'hypertension artérielle et d'autres maladies cardiovasculaires est rapportée dans la littérature, avec un risque accru de fluctuations de la pression artérielle liées à la chaleur
- La déshydratation peut aggraver l'insuffisance rénale

Les médicaments pour le traitement de ces maladies peuvent augmenter le risque de troubles associés à la chaleur, tout comme d'autres médicaments, notamment :

- Les médicaments anticoagulants
- Les médicaments anticancéreux / chimiothérapeutiques

COMPORTEMENTS À ADOPTER

Personnes souffrant d'hypertension et de pathologies cardiovasculaires

- Veiller à une bonne hydratation et à reconstituer non seulement les liquides perdus mais aussi les sels minéraux, notamment en présence de facteurs de risque concomitants (infections gastro-intestinales, par exemple) susceptibles de favoriser l'apparition d'arythmies
- Veiller à se lever brusquement pour éviter de brusques variations de la pression artérielle
- Surveiller la pression artérielle plus souvent pendant l'été, et demander conseil au médecin en cas d'adaptation du traitement
- Réduire la consommation de sel en cas d'hypertension artérielle

Personnes souffrant de maladies respiratoires

- Avoir sur soi des médicaments à prendre en cas de bronchoconstriction

Personnes souffrant de troubles mentaux ou neurologiques

- S'hydrater de manière adéquate et prendre régulièrement des médicaments

Personnes souffrant de troubles rénaux

- Contrôler plus souvent la pression artérielle
- S'hydrater suffisamment et suivre un régime alimentaire sain en privilégiant les aliments riches en fibres et pauvres en potassium

Personnes atteintes de diabète

- Contrôler la glycémie plus souvent lorsqu'il fait chaud, en particulier en cas d'insulinothérapie
- S'exposer au soleil avec prudence en utilisant des crèmes à haute protection (SPF 50+) pour éviter les brûlures graves
- Apporter une petite collation pour éviter les crises d'hypoglycémie : demander conseil à son nutritionniste
- Protéger le lecteur de glycémie et les bandelettes contre le soleil et la chaleur

Pour tous les travailleurs souffrant d'une maladie chronique

- Discuter avec le médecin compétent et le médecin traitant du comportement à adopter en cas d'exposition à la chaleur
- Garder à l'esprit que le corps doit s'adapter progressivement à la chaleur
- Avant de commencer le travail, se rafraîchir et s'hydrater avec des boissons fraîches, en limitant la consommation de café, qui favorise la déshydratation
- Suivre un régime alimentaire sain en mangeant suffisamment et en évitant la consommation d'alcool
- Se renseigner sur les effets prévisibles de la chaleur sur les travailleurs dans différents contextes professionnels - consulter <https://www.salute.gov.it/portale/caldo/homeCaldo.jsp> et <https://www.workclimate.it/scelta-mappa/>
- Surveiller les symptômes tels que transpiration intense, maux de tête, nausées, crampes : alerter rapidement les collègues et le responsable de la sécurité
- En cas d'aggravation des symptômes, contacter rapidement le 118
- Ne pas interrompre de manière indépendante un traitement en cours : une interruption même temporaire d'un traitement sans surveillance médicale peut gravement aggraver un état pathologique
- Pour en savoir plus : <http://www.salute.gov.it/caldo>

Auteurs

Miriam Levi¹, Francesca de' Donato², Manuela De Sario², Emanuele Crocetti³, Andrea Bogi⁴, Iole Pinto⁴, Marco Morabito⁵, Alessandro Messeri⁵ (météorologue AMPRO), Alessandro Marinaccio⁶, Simona Del Ferraro⁶, Tiziana Falcone⁶, Vincenzo Molinaro⁶ et Michela Bonafede⁶

1 Unité Fonctionnelle Complexe (UFC) d'Epidémiologie, Département de Prévention, Azienda USL Toscana Centro

2 Département d'Epidémiologie du Service Sanitaire Régional - Région Latium

3 Unité Fonctionnelle Simple (UFS) du Centre régional pour les Accidents et les Maladies Professionnelles (CeRIMP), Département de Prévention, Azienda USL Toscana Centro

4 Laboratoire des Agents Physiques de la Santé Publique, Azienda USL Toscana Sud Est

5 Institut de Bioéconomie - Conseil National de la Recherche

6 Département de Médecine, d'Epidémiologie, d'Hygiène du travail et de l'environnement – INAIL

Conception graphique réalisée par Matteo Gramigni (ZonaZero)