

Centre intégré de santé et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest

CHALEUR ACCABLANTE – EMPLOYÉS

Août 2021

Table des matières

1. Informations concernant les chaleurs extrêmes Direction des programmes Déficiences...	3
2. Actions à prévoir en lien avec les chaleurs extrêmes Direction des programmes Déficiences.....	5
3. Éléments de réflexion pour la détermination de la vulnérabilité de l'utilisateur	8
4. Proposition d'un gabarit – relance téléphonique.....	9
5. Proposition d'un gabarit – courriel pour la famille ou l'utilisateur	10
6. Liste de médicaments pouvant influencer la sensibilité à la chaleur	11
7. Un outil qui permet d'avoir accès rapidement aux messages reliés aux mesures d'urgence et de la sécurité civile	12
8. Procédure de saisie dans le I-CLSC	13

1. Informations concernant les chaleurs extrêmes Direction des programmes Déficiences

Qu'est-ce que les chaleurs extrêmes?	Selon la Direction de santé publique, en Montérégie une vague de chaleur extrême correspond à : • Une période d'au minimum 3 jours consécutifs pendant laquelle la température atteint ou dépasse une moyenne pondérée de 33° C le jour et 20° C la nuit ou • La température est égale ou supérieure à 25° C pendant deux nuits consécutives Chaque année, la veille saisonnière pour les vagues de chaleur se situe du 15 mai au 30 septembre.
Les facteurs de vulnérabilité	Facteurs de vulnérabilité qui peuvent influencer la sensibilité à la chaleur • Personnes âgées; • Maladies neurologiques et/ou déficit cognitif (ex. : déficience intellectuelle, TSA, troubles cognitifs); • Déficience physique et/ou obésité • Trouble de santé mentale (ex. : dépression, trouble bipolaire, etc.); • Maladies pulmonaires (ex. : maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC), asthme, emphysème, etc.); • Maladie rénale (ex. : insuffisance rénale); • Prise de médicaments : certains médicaments peuvent entre autres : ○ Provoquer des troubles de l'hydratation et des troubles électrolytes ○ Altérer la fonction rénale ○ Inhiber la thermorégulation ○ Aggraver les effets de la chaleur • Alcoolisme ou toxicomanie.
Les facteurs de risques liés à l'exposition à la chaleur	Facteurs de risques liés à l'exposition à la chaleur • Personne qui vit seule, qui n'a pas de réseau de soutien ou de support de la famille élargie; • Situation d'itinérance; • Situation de pauvreté; • Milieu de vie non climatisé et difficile à rafraîchir (ex. : dernier étage d'un immeuble, immeuble à toit plat, présence de grande baie vitrée, mauvaise isolation); • Sécurité du quartier (ex. : incitant à garder les portes et les fenêtres closes et à demeurer à l'intérieur); • Perte d'autonomie et/ou nécessitant de l'assistance pour boire; • Mobilité réduite; • Pratique de sports ou autres activités physiques exigeantes; • Emplois à l'extérieur ou dans un environnement intérieur chaud.

Protection et prévention

Recommandations générales :

1. Buvez de l'eau, sans attendre d'avoir soif (sauf en cas de contre-indications médicales);
2. Passez quelques heures par jour dans un endroit climatisé ou frais (ex. : centre commercial, cinéma, etc.);
3. Prendre une douche ou un bain frais;
4. Portez des vêtements légers de couleur claire, de préférence en coton;
5. Évitez l'alcool;
6. Réduire les efforts physiques;
7. Tout au long de l'année, et ce même si nous ne sommes pas en période de veille de chaleurs extrêmes, inviter les intervenants à promouvoir des actions pour se protéger contre la chaleur extrême ou si pertinent, à inscrire dans le plan d'intervention des usagers qui le requièrent des enseignements sur les actions pour se protéger contre la chaleur (ex. : en déficience physique pour la clientèle ayant une maladie neurodégénérative, proposer des programmes d'exercices adaptés au contexte de chaleur extrême).

2. Actions à prévoir en lien avec les chaleurs extrêmes Direction des programmes Déficiences

Actions à prévoir pour les intervenants des services spécifiques et des services spécialisés envers la clientèle vulnérable

*****Prenez note que cette section exclut les programmes d'aides techniques (ex. : SAT, conduite automobile, casa, patcom, etc.)**

Voici les actions en 3 étapes

(L'étape #3 sera activée lorsque le Plan régional d'intervention spécifique – chaleur extrême (PRIS-CE) sera mis en action par la Direction des programmes Déficiences (DPD)).

1. À partir des différents facteurs de risques, l'intervenant pivot doit déterminer s'il y a présence ou non de facteurs de vulnérabilité chez l'utilisateur qui est dans sa charge de cas. (Voir dans la boîte à outils les éléments de réflexion pour la détermination de la vulnérabilité de l'utilisateur.) Par la suite, il procède à la saisie de l'information dans le système client SIPAD ou I-CLSC.
 - Pour les services spécialisés : dans le SIPAD, ajout à venir en 2020-2022 d'un bouton de type « Alerte de chaleur ».
 - Pour les services spécifiques : dans le I-CLSC, dans la fiche d'identification de l'utilisateur, il est possible d'appuyer sur le bouton « 911 Urgence » et de sélectionner le facteur de vulnérabilité correspondant à l'évaluation de l'intervenant. (Voir dans la boîte à outils – la fiche explicative pour la procédure de saisie dans le I-CLSC).
2. L'intervenant pivot doit faire une mise à jour tous les 30 avril de chaque année. Par ailleurs, il est nécessaire de faire une mise à jour régulière quand il y a des changements dans les conditions de santé de l'utilisateur qui pourraient interférer dans ses capacités à se protéger contre les chaleurs extrêmes ou encore des changements dans ses conditions environnementales (ex : déménagement dans un immeuble climatisé ou non climatisé, etc.). (Un rappel de mise à jour pour les intervenants est en analyse pour le SIPAD et le I-CLSC).

Lorsque le Plan régional d'intervention spécifique – chaleur extrême (PRIS-CE) est mis en action par la Direction des programmes Déficiences (DPD).

3. Il est attendu qu'une communication devra être faite auprès de l'utilisateur pour s'assurer de son bien-être. L'intervenant pivot identifiera la communication la plus efficace (une relance téléphonique, un courriel ou une visite à domicile, au besoin) dans le but d'accompagner et de soutenir l'utilisateur dans l'application des recommandations générales de protection et prévention (p.4)

Par la suite, il est important de consigner une note au dossier de l'utilisateur puisque plusieurs intervenants peuvent graviter autour de ce même usager. (Voir les propositions de gabarits dans la boîte à outils pour la relance téléphonique et l'envoi d'un courriel).

Actions à prévoir pour les mécanismes d'accès DI-TSA-DP	Si le professionnel qui fait l'évaluation ou l'orientation des demandes doit contacter l'utilisateur ou son proche, il s'assure qu'une question est posée afin de déterminer leur vulnérabilité en contexte de chaleur extrême - indépendamment de l'outil utilisé (ex. : OCCI, SAFE, etc.). Un exemple de question à se demander pour déterminer si l'utilisateur est vulnérable : • Dans un contexte de chaleur extrême, est-ce que l'utilisateur a les capacités ou encore les ressources (ex. : réseau familial) pour assurer sa sécurité? : Précisez, voir exemples de question dans le document de réflexion pour la détermination de la vulnérabilité de l'utilisateur Si la réponse est négative, l'intervenant des services spécifiques doit saisir le tout dans le I-CLSC - fiche d'identité de l'utilisateur bouton 911-Urgence ou dans le SIPAD lorsque le tout sera créé.
Actions à prévoir pour les ressources d'hébergement RI-RTF	Tous les mois de mai, le chef contrôle-qualité s'assure qu'un rappel soit fait aux responsables des ressources d'hébergement concernant les consignes de protection et de prévention en prévision des vagues de chaleur extrême. En mai, un envoi d'affiches et de feuillets est également fait (par courriel ou par la poste). https://intranet.cisssmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/affiche-chaleur-extreme Affiche pour tous : Il fait très chaud! Feuillet pour tous : Il fait très chaud! Affichette chaleur extrême pour les enfants Feuillet : Moyens pour diminuer les inconforts causés par la chaleur
Actions à prévoir pour les programmes et services de la DPD	Tous les mois de mai, le chef de programme fait un rappel aux équipes sur les consignes de prévention et il s'assure de l'affichage des outils de promotion. https://intranet.cisssmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/affiche-chaleur-extreme Affiche pour tous : Il fait très chaud! Feuillet pour tous : Il fait très chaud! Affichette chaleur extrême pour les enfants Feuillet : Moyens pour diminuer les inconforts causés par la chaleur
Actions à prévoir pour les centres d'activités DI-TSA (CA)	Tous les mois de mai, le chef de programme fait un rappel aux équipes des centres d'activités sur les consignes de prévention et il s'assure de l'affichage des outils de promotion. https://intranet.cisssmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/affiche-chaleur-extreme Affiche pour tous : Il fait très chaud! Feuillet pour tous : Il fait très chaud! Affichette chaleur extrême pour les enfants Feuillet : Moyens pour diminuer les inconforts causés par la chaleur En mai, un envoi d'affiches et de feuillets dans les boîtes à lunch des usagers est également fait afin de sensibiliser leur entourage sur les impacts des vagues de chaleur.

	Pour les centres d'activités où il est possible de réaliser des activités extérieures, il sera important de valider que la procédure du centre d'activités précise les activités proscrites en contexte de chaleur extrême. Il sera également nécessaire de respecter la programmation spécifique dédiée en fonction des particularités de l'utilisateur (ex : si usager est intolérant à la chaleur).
Actions à prévoir pour les organismes communautaires de la Montérégie-Ouest qui offrent des services de jour et de répit avec lesquels le CISSS de la Montérégie-Ouest possède une entente de services	Tous les mois de mai, le coordonnateur des services spécifiques envoie un courriel aux responsables des organismes communautaires qui offrent des services de jour et de répit à nos usagers concernant les consignes de protection et de prévention en contexte de chaleur extrême. Suggestions à transmettre à nos partenaires du communautaire : • Affichage des outils de promotion. https://intranet.ciassmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/affiche-chaleur-extreme Affiche pour tous : Il fait très chaud! Feuillet pour tous : Il fait très chaud! Affichette chaleur extrême pour les enfants Feuillet : Moyens pour diminuer les inconforts causés par la chaleur • En mai, un envoi d'affiches et de feuillets dans les boîtes à lunch des usagers en guise de sensibilisation sur les impacts des vagues de chaleur.

Sources :

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/sante-environnementale/chaleur-extreme/facteurs-de-risque/>

Clientèle vulnérable : <https://intranet.ciassmo.rtss.qc.ca/fr/page/nos-directions/direction-des-services-techniques/coordination-des-mesures-urgence-et-de-la-securite-civile/mission-sante>

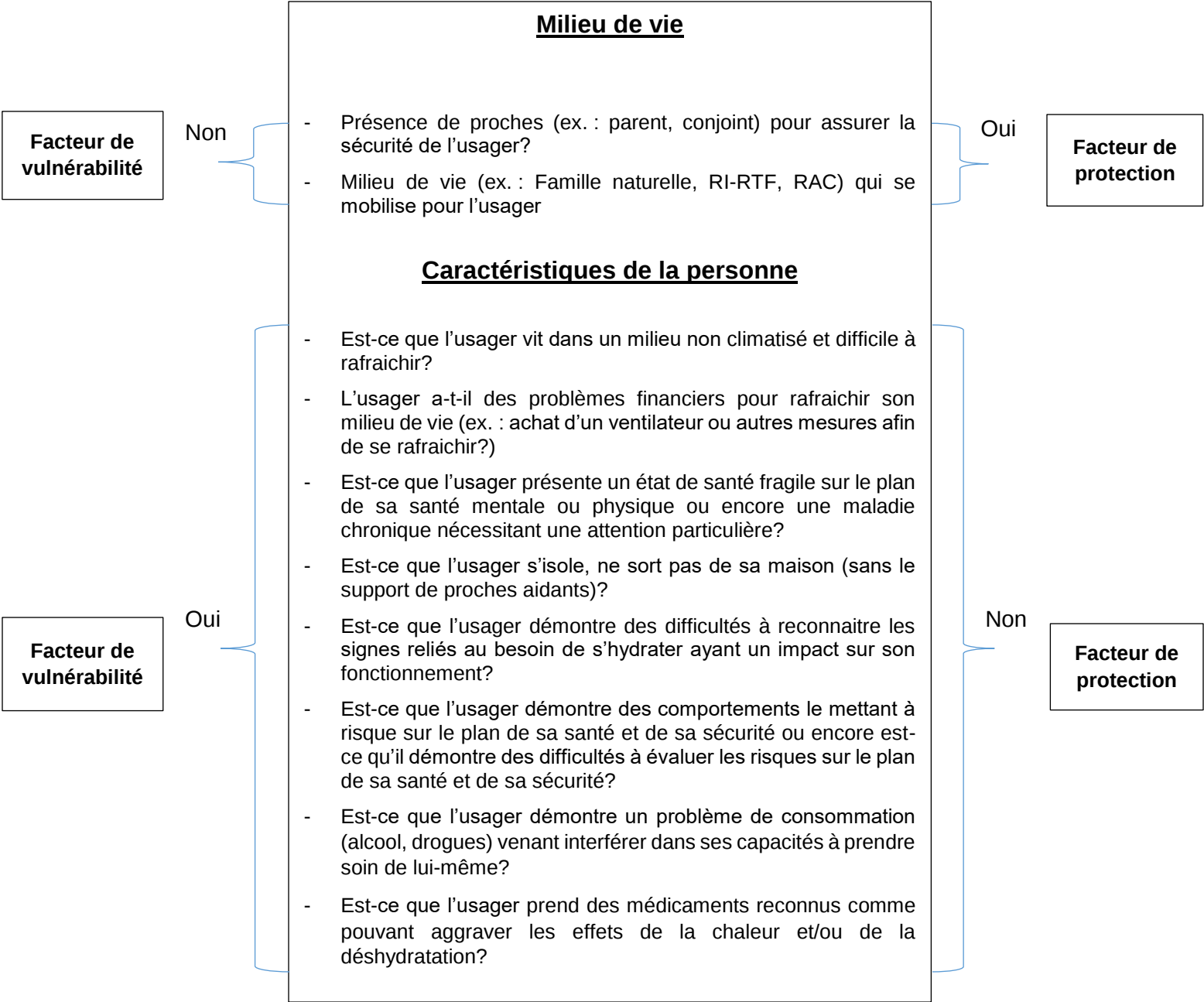
PIS Chaleur extrême : <https://intranet.ciassmo.rtss.qc.ca/fr/page/nos-directions/direction-des-services-techniques/coordination-des-mesures-urgence-et-de-la-securite-civile/plan-intervention-specifique-pis-chaleur-extreme>

3. Éléments de réflexion pour la détermination de la vulnérabilité de l’usager

FACTEURS DE VULNÉRABILITÉS

- 1) Défavorisation économique : Individu ou famille sous le seuil de la pauvreté
- 2) Isolement social : Individu ou famille sans réseau social, immigrant avec difficulté de communication
- 3) Déficit ou perte cognitifs significatifs : Individu incapable de suivre des consignes
- 4) Équilibre psychologique fragile : Dépression sévère, troubles psychologiques sévères et persistants
- 5) Dépendance à un appareil électrique : Oxygénothérapie, télémedecine, surface thérapeutique, lève- personne, etc.
- 6) Mobilité réduite : Individu ayant une incapacité physique, une déficience visuelle ou auditive

EXEMPLES DE QUESTIONS À SE POSER AFIN DE DÉTERMINER LA VULNÉRABILITÉ DE L’USAGER FACE AUX CHALEURS EXTRÊMES



S’il y a présence de facteurs de vulnérabilité, l’intervenant doit utiliser le jugement clinique pour déterminer si une des actions suivantes doit être posée :

- Relance téléphonique (voir proposition de relance dans la boîte à outils)
- Envoi d’un courriel pour les familles ou usagers qui ont une capacité de bien lire (voir proposition de courriel dans la boîte à outils)
- Visite à domicile (en se basant sur les conseils de la relance téléphonique)

BOÎTE À OUTILS – CHALEUR EXTRÊME

4. Proposition d'un gabarit – relance téléphonique

1. Se présenter et mentionner le but de l'appel :

« Bonjour, je suis _____ du CISSS de la Montérégie-Ouest. La Direction de la santé publique de la Montérégie a émis un avis de chaleur extrême et nous demande de contacter notre clientèle afin de s'assurer de leur bien-être. C'est pour cette raison que je vous contacte aujourd'hui. »

2. Poser quelques questions afin d'obtenir un portrait de la situation (au besoin, se référer aux éléments de réflexion pour la détermination de la vulnérabilité de l'utilisateur) :

- Nombre d'occupants dans le ménage et les particularités au niveau de la santé;
- Support de la famille élargie, possède un réseau en cas de besoin;
- Domicile climatisé, présence de ventilateur et autres mesures afin de se rafraîchir.

3. Afin de soutenir la clientèle dans cet épisode de chaleur extrême, les recommandations suivantes peuvent être mentionnées lors de l'appel :

- Porter des vêtements légers;
- S'abriter sous un parasol, à l'extérieur ou porter un chapeau à large rebord et bien aéré;
- Utiliser un écran solaire pour vous protéger des rayons ultraviolets;
- Réduire les efforts physiques, particulièrement au milieu de la journée, quand il fait le plus chaud;
- Boire beaucoup d'eau (six à huit verres d'eau par jour pour un adulte);
- Éviter de consommer des boissons alcoolisées;
- Passer au moins deux heures par jour dans un endroit climatisé ou frais (bibliothèques, centres commerciaux, etc.);
- Prendre au moins une douche ou un bain frais par jour;
- Fermer les rideaux et les stores pour maintenir la fraîcheur dans la maison;
- Ouvrir toutes les fenêtres le soir venu, s'il fait plus frais à l'extérieur;
- Se servir de la climatisation pour faire baisser la température plus rapidement dans la demeure;
- S'informer auprès de votre municipalité sur les modalités mises en place

4. Mettre fin à l'appel : Inviter l'utilisateur à contacter Info Santé au 811 s'il a des questionnements sur son état de santé.

Source : <https://intranet.ciassmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/norme-harmonisee-relances-telephoniques-chaleur-extreme>

BOÎTE À OUTILS – CHALEUR EXTRÊME

5. Proposition d'un gabarit – courriel pour la famille ou l'utilisateur

OBJET : RECOMMANDATIONS EN LIEN AVEC LES ÉPISODES DE CHALEUR EXTRÊME

Bonjour,

Dans l'optique que l'été est à nos portes, la direction DPD, en fonction des recommandations de la Direction de la santé publique de la Montérégie, souhaite vous transmettre quelques trucs et conseils afin de vous protéger des épisodes de chaleur extrême.

Quand il fait très chaud, cela peut avoir un impact sur notre santé et il est important de surveiller les signes de déshydratation tels que :

- Une forte soif et des lèvres sèches;
- Urine foncée;
- Un pouls et une respiration rapide.

Voici quelques conseils pour prévenir les problèmes reliés à la chaleur lors d'épisode de chaleur extrême :

- Porter des vêtements légers;
- S'abriter sous un parasol, à l'extérieur ou porter un chapeau à large rebord et bien aéré;
- Utiliser un écran solaire pour vous protéger des rayons ultraviolets;
- Réduire les efforts physiques, particulièrement au milieu de la journée, quand il fait le plus chaud;
- Boire beaucoup d'eau (six à huit verres d'eau par jour pour un adulte);
- Éviter de consommer des boissons alcoolisées;
- Passer au moins deux heures par jour dans un endroit climatisé ou frais (bibliothèques, centres commerciaux, etc.);
- Prendre au moins une douche ou un bain frais par jour;
- Fermer les rideaux et les stores pour maintenir la fraîcheur dans la maison;
- Ouvrir toutes les fenêtres le soir venu, s'il fait plus frais à l'extérieur;
- Se servir de la climatisation pour faire baisser la température plus rapidement dans la demeure;
- S'informer auprès de votre municipalité sur les modalités mises en place.

Donnez des nouvelles à vos proches et n'hésitez pas à demander de l'aide à votre entourage ou vos intervenants.

Si vous avez des questions sur votre santé, appelez Info-Santé au 811 ou consultez un professionnel de la santé par exemple un pharmacien, une infirmière ou auprès de votre médecin.

En cas d'urgence, appelez le 9-1-1.

N'oubliez pas de porter un chapeau, des lunettes de soleil et de vous hydrater suffisamment!

Bon été ensoleillé!

Source : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme-sur-la-sante/>

Votre signature :

Version du 28 juillet 2021

6. Liste de médicaments pouvant influencer la sensibilité à la chaleur

En contexte de chaleur extrême, la prise de certains médicaments peut avoir des effets indésirables sur le corps tels que la déshydratation ou encore perturber la thermorégulation. Habituellement, notre corps a la capacité de maintenir une température normale et stable – c'est en quelque sorte notre thermostat, mais la prise de certains médicaments peut parfois altérer cette fonction.

En cas de doute, il demeure important de valider cette question auprès d'un professionnel de la santé tel que le pharmacien.

À titre informatif – voir document INSPQ. (Ce document sera vulgarisé à la phase prévue en 2021-2022). Cet aide-mémoire sous forme de tableau permet de voir que certains médicaments peuvent affecter la sensibilité du corps à la chaleur.

Source : https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2036_medicaments_effets_canicule.pdf

7. Un outil qui permet d'avoir accès rapidement aux messages reliés aux mesures d'urgence et de la sécurité civile

À quoi sert l'application Echo?

- Avoir accès rapidement aux procédures des Mesures d'Urgence et de la Sécurité Civile (MUSC) de notre organisation (ou autre procédure à l'intention de tout le personnel);
- Avoir accès rapidement aux coordonnées des installations de l'organisation, aux numéros d'urgence ou autres numéros à l'intention de tout le personnel.

Qui peut y avoir accès?

Tout le monde : personnel, médecins, population en général.

Il est important de savoir que n'importe qui peut télécharger gratuitement l'application et s'abonner à notre organisation.

Comment installer l'application?

Pour un iPhone :

1. Aller dans « App Store »;
2. Rechercher « IdSide - Echo »;
3. Installer l'application;
4. Ouvrir l'application;
5. Sélectionner « CISSS de la Montérégie-Ouest ».

Pour tout autre téléphone intelligent :

1. Aller dans « Play Store »;
2. Rechercher « IdSide - Echo »;
3. Installer l'application;
4. Ouvrir l'application;
5. Sélectionner « CISSS de la Montérégie-Ouest ».

Source : <https://intranet.ciassmo.rtss.qc.ca/fr/nouvelle/application-echo-un-nouvel-outil-pour-vous-informer>

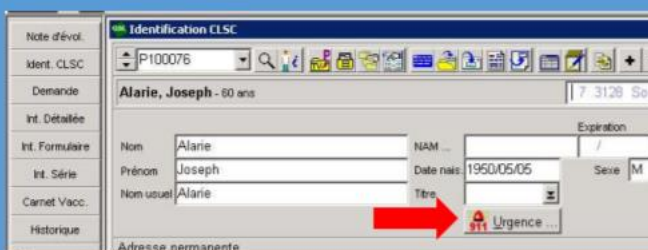
BOÎTE À OUTILS – CHALEUR EXTRÊME

8. Procédure de saisie dans le I-CLSC

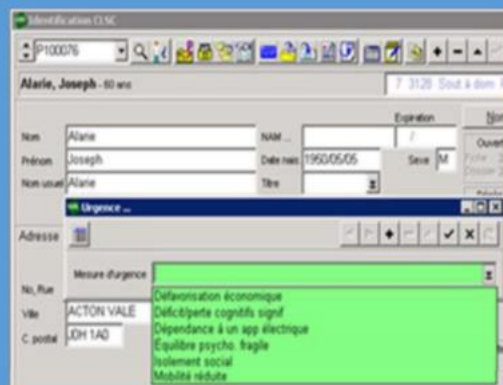
Norme harmonisée Identification de la clientèle vulnérable - Procédure de saisie I CLSC

Procédure de saisie dans I CLSC

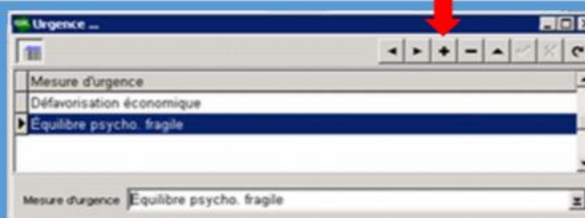
1. Dans la fiche d'identification de l'utilisateur, appuyer sur le bouton « 911 Urgence ».



2. Une nouvelle fenêtre va apparaître. Sélectionner le facteur de vulnérabilité correspondant à votre évaluation et appuyer sur le ✓ pour sauvegarder votre sélection.



3. Pour l'ajout de facteur de vulnérabilité, appuyer sur le + afin d'accéder au menu déroulant à nouveau.



Si vous souhaitez consulter l'ensemble des facteurs sélectionnés pour un usager, appuyez sur l'icône liste dans la fenêtre Urgence.

Norme harmonisée
Version du 13 janvier 2020

Identification de la clientèle vulnérable -
Procédure de saisie I CLSC



MESURES D'URGENCE
ET SÉCURITÉ CIVILE

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest
Québec