



Direction générale de la Santé

Paris, le 23 février 2018

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### **Un épisode de grand froid conjugué à un épisode de pollution atmosphérique est attendu : prenez les précautions indispensables**

Météo France prévoit l'arrivée d'un épisode de froid prononcé sur la France métropolitaine la semaine prochaine. L'anticyclone se renforce à partir de dimanche 25 février en apportant de l'air glacial en provenance de Russie. Selon les prévisions, mardi 27 et mercredi 28 février devraient être les journées les plus froides de l'épisode, et des températures minimales négatives devraient être observées sur l'ensemble du territoire (jusqu'à -6 à -10 °C au nord et à l'est de l'hexagone).

Ces températures négatives peuvent être à l'origine de risques pour la santé : hypothermie (diminution de la température du corps en dessous de 35°C), gelures, aggravation d'éventuels risques cardio-vasculaires...

Dans certaines régions, cette vague de froid sera conjuguée à un épisode de pollution par les particules, les conditions anticycloniques froides et stables limitant leur dispersion et engendrant un surcroît d'émissions notamment dû au chauffage. Pour les jours à venir, Prevoir, le laboratoire central de surveillance de la qualité de l'air, prévoit des niveaux de concentrations en particules modérés à assez élevés avec localement des dépassements du seuil d'information et recommandation possibles sur un grand quart Nord-Ouest du pays ou dans des zones épargnées par les vents (vallées alpines).

#### **Adoptez des gestes simples de prévention et de protection**

En période de grand froid, mieux vaut limiter les efforts physiques même lorsqu'on est en bonne santé. Le froid demande des efforts supplémentaires à notre corps, et notamment à notre cœur qui bat plus vite pour lutter contre le refroidissement, et peut aggraver d'éventuels problèmes cardio-vasculaires.

Ne surchauffez pas votre logement, mais chauffez le normalement en vous assurant de sa bonne ventilation pour éviter tout risque d'intoxication au monoxyde de carbone (n'obstruez jamais les dispositifs d'aération).

Pour éviter tout risque d'hypothermie ou de gelures, habillez-vous chaudement quand vous sortez, en couvrant les parties du corps qui perdent de la chaleur : la tête, le cou, les mains et les pieds et en vous couvrant le nez et la bouche, pour respirer moins d'air froid.

Contrairement aux idées reçues, la consommation d'alcool ne réchauffe pas. Au contraire, cela peut s'avérer dangereux car l'engourdissement fait disparaître les signaux d'alerte du froid qui incitent à se protéger.

**Prêtez une attention accrue aux personnes fragiles, notamment aux enfants et aux personnes âgées.**

Les nourrissons sont particulièrement exposés au froid car leur système de régulation de température est encore immature. Leur capacité d'adaptation aux changements de température n'est pas aussi performante que celle d'un enfant ou d'un adulte pour lutter contre le froid. Sauf nécessité impérative, évitez les sorties à votre nourrisson en période de grand froid.

Par mesure de prudence, les personnes âgées doivent, autant que possible, s'abstenir de sortir pour préserver leur santé et également pour éviter tout risque de chute, les périodes de grand froid étant propices à la survenue d'autres phénomènes météorologiques potentiellement dangereux, comme la neige et le verglas.

**Pour faire face au pic de pollution atmosphérique, des mesures de réduction des émissions de particules sont mises en place.**

Il est notamment recommandé aux automobilistes de privilégier des modes de transports moins polluants que la voiture individuelle (transports collectifs, covoiturage, etc.).

Pour les personnes vulnérables<sup>1</sup> et sensibles<sup>2</sup> à la pollution de l'air, il est rappelé les recommandations sanitaires suivantes :

- évitez les zones à fort trafic routier, aux périodes de pointe ;
- privilégiez les activités modérées ;
- privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort ;
- en cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil d'un professionnel de santé.

**Enfin, si vous remarquez une personne sans abri ou en difficulté dans la rue, appelez le 115.**

**Pour plus d'informations :**

- > Ministère des Solidarités et de la Santé : [Risques sanitaires liés au froid](#), [Intoxications au monoxyde de carbone](#)
- > Santé publique France : Grand froid : [quelques précautions à prendre !](#)
- > [Carte de vigilance Météo France](#)
- > Pollution de l'air en France : <http://www2.prevoir.org/>

Communiqué de presse du Ministère de la Cohésion des territoires : [Réactivation du plan grand froid](#)

**Contacts presse :** [presse-dgs@sante.gouv.fr](mailto:presse-dgs@sante.gouv.fr)

---

<sup>1</sup> Populations vulnérables : Femmes enceintes, nourrissons et jeunes enfants, personnes de plus de 65 ans, personnes souffrant de pathologies cardiovasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques.

<sup>2</sup> Populations sensibles : Personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution et/ou dont les symptômes apparaissent ou sont amplifiés lors des pics (par exemple : personnes diabétiques, personnes immunodéprimées, personnes souffrant d'affections neurologiques ou à risque cardiaque, respiratoire, infectieux).