

Les effets de la chaleur se manifestent en première instance chez certaines populations, qui sont plus **vulnérables à la chaleur**. Il s'agit des :

Personnes fragiles :	Populations surexposées
<i>Personnes dont l'état de santé ou l'âge les rendent plus à risque</i>	<i>Personnes dont les conditions de vie ou de travail, le comportement ou l'environnement les rendent plus à risque</i>
<ul style="list-style-type: none"> • personnes âgées de <i>plus de 65 ans</i>, • femmes enceintes, • enfants en bas âge (moins de 6 ans), • personnes atteintes de certaines affections (pathologies rénales, hépatiques, cardiovasculaires, pulmonaires, maladies chroniques, troubles mentaux ou du comportement, etc.), • personnes en situation de handicap, • personnes prenant certains médicaments qui peuvent majorer les effets de la chaleur ou gêner l'adaptation de l'organisme. 	<ul style="list-style-type: none"> • populations vivant en milieu urbain dense, a fortiori lorsqu'il y existe des ilots de chaleur, • populations vivant dans des logements mal isolés thermiquement, • populations vivant dans des conditions d'isolement, • travailleurs exposés, particulièrement dans le cas de travaux manuels en extérieur ou réalisés en atmosphère chaude, • sportifs, dont les efforts physiques intenses et prolongés les rendent vulnérables à la chaleur, • populations exposées à des épisodes de pollution de l'air ambiant, • personnes en grande précarité, sans domicile.
Tableau 1 : les populations vulnérables	

L'effet de la chaleur sur l'organisme est **immédiat**, et survient **dès les premières augmentations** de température (**niveau de vigilance météorologique jaune**) : les impacts de la chaleur sur la santé des populations ne se limitent pas aux phénomènes extrêmes.

Lorsqu'il est exposé à la chaleur, le corps humain active des **mécanismes de thermorégulation** qui lui permettent de compenser l'augmentation de la température (transpiration, augmentation du débit sanguin au niveau de la peau par dilatation des vaisseaux cutanés, etc.).

Il peut cependant arriver que **ces mécanismes de thermorégulation soient débordés** et que des pathologies liées à la chaleur se manifestent, dont les principales sont les **maux de tête, les nausées, les crampes musculaires, la déshydratation**.

Le risque le plus grave est le coup de chaleur, qui peut entraîner le décès.