

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

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.