

## Période estivale chaleur: Recommandations générales aux professionnels de la santé et procédure de référencement pour les cardiologues et psychiatres

Le 15 mai 2026

Du 15 mai au 30 septembre 2026, en cohérence avec le plan particulier d'intervention (PPI) chaleur, l'ensemble du réseau de la santé montréalais débute le niveau d'intervention « veille saisonnière » pour le dossier de la chaleur accablante et extrême. Pour rappel, une vague de chaleur extrême est définie lorsque la température ambiante atteint ou dépasse une température moyenne maximale de  $\geq 33$  °C le jour et minimale de  $\geq 20$  °C la nuit pendant trois jours consécutifs.

La chaleur peut avoir des effets néfastes sur la santé, particulièrement pour **certaines populations vulnérables**. Certaines populations sont plus à risque de souffrir de la chaleur, notamment les personnes âgées de plus de 65 ans, les nourrissons et tout-petits (0 à 4 ans), les personnes seules et en perte d'autonomie, ou encore les personnes souffrant de maladies chroniques (cardiovasculaires, rénales, neurologiques, diabète, etc.) ou de problèmes de santé mentale (tout particulièrement les personnes atteintes de schizophrénie ou d'un trouble de l'utilisation de substances comme des drogues ou l'alcool).

Les **effets à la santé** associés à la chaleur excessive incluent la déshydratation, l'épuisement dû à la chaleur et le coup de chaleur, de même que l'aggravation d'une maladie sous-jacente, menant parfois au décès. Les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires et présentant des problèmes de santé mentale sont particulièrement à risque de complications. La présence de plusieurs maladies chroniques peut aussi mener à une polymédication chez certaines personnes, les rendant aussi plus sensibles aux effets de la chaleur. L'application des mesures préventives est essentielle chez celles-ci.

De plus, des mesures ont été mises en place en collaboration avec les cinq CIUSSS de Montréal afin que des suivis soient effectués pendant une vague de chaleur extrême auprès de certaines clientèles vulnérables connues du réseau. Les cardiologues et les psychiatres sont invités **à inscrire leurs patients, qui répondent aux critères suivants, aux services offerts** par les CIUSSS afin de suivre leur état durant la période de chaleur accablante et extrême. Votre référencement est à transmettre à la coordination régionale des mesures d'urgences, de la sécurité civile et de l'accès réseau (CRMUSCAR) qui servira d'intermédiaire et fera le lien avec le CIUSSS du territoire de résidence du patient. Votre référencement est transmis à la coordination régionale des mesures d'urgences, de la sécurité civile et de l'accès réseau (CRMUSCAR) qui servira d'intermédiaire et fera le lien avec le CIUSSS du territoire de résidence du patient.

### **CONSIGNES POUR LES CARDIOLOGUES ET PSYCHIATRES POUR INSCRIRE LES PATIENTS:**

#### **1. CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ POUR LES PATIENTS**

**Pour les patients désirant être contactés par les CIUSSS lors des épisodes de chaleur accablante et extrême et répondant à l'ensemble de ces critères :**

- Personne vivant à Montréal ;
- Personne vivant seule ;
- Personne n'ayant pas d'air climatisé ;
- Personne :
  - Atteinte de maladie cardio-vasculaire suivie en cardiologie, âgée de 65 ans et plus
  - OU atteinte de problème de santé mentale, suivie en psychiatrie, et ne bénéficiant pas de services à domicile

#### **2. À EFFECTUER POUR L'INSCRIPTION AU SERVICE**

Remplir le formulaire au lien suivant :

- **Cardiologues** : [Formulaire cardiologues : inscription d'usagers pour suivi par le CIUSSS en chaleur extrême](#)
- **Psychiatres** : [Formulaire psychiatres : inscription d'usagers pour suivi par le CIUSSS en chaleur extrême](#)

## **RECOMMANDATIONS POUR TOUS LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ**

Afin de prévenir les risques à la santé de la population, il est nécessaire de rester vigilant durant la période estivale et de fournir aux patients les recommandations suivantes, notamment lors de vagues de chaleur. Il est donc demandé à tous les professionnels de la santé d'informer leurs patients sur les risques associés à la chaleur.

### **1. Donner les conseils généraux aux patients :**

- Fréquenter des lieux frais ou idéalement climatisés plusieurs heures par jour;
- S'hydrater adéquatement, sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par un professionnel de la santé;
- Boire avec modération les boissons alcoolisées ou à forte teneur en caféine ou très sucrées qui déshydratent;
- Prendre des douches et des bains fréquemment ou se rafraîchir avec une lingette;
- Réduire les efforts physiques intenses et soutenus;
- Se protéger du soleil et porter des vêtements légers.

### **2. Faire des recommandations à vos patients relativement à l'ajustement de leur médication s'il y a lieu et/ou de leur apport quotidien en liquide lors d'une vague de chaleur ;**

### **3. S'assurer, pour les personnes vulnérables, lors de consultations ou de services à domiciles :**

- Que des proches du patient prennent de ses nouvelles quotidiennement;
- D'identifier une ressource d'aide extérieure, dont les haltes fraîcheur.

### **Pour plus de renseignements, consultez :**

- Site Internet de la santé publique: <https://santepublicquemontreal.ca/conseils-et-prevention/conseils/chaleur>
- Site de la CNESTT pour les travailleurs : <https://www.cnestt.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/coup-chaleur>
- Portail gouvernemental Quebec.ca :
  - Prévenir les effets de la chaleur : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/prevenir-les-effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme/>
  - Effets de la chaleur sur la santé : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme-sur-la-sante/>

### **Rappel des liens pour inscription des patients par les cardiologues et les psychiatres :**

- **Cardiologues :** [Formulaire cardiologues : inscription d'usagers pour suivi par le CIUSSS en chaleur extrême](#)
- **Psychiatres :** [Formulaire psychiatres : inscription d'usagers pour suivi par le CIUSSS en chaleur extrême](#)