

Alerte grand froid !

Fait du jour

Transcription

Extrait du *Journal en français facile* du 26/02/2018

Sylvie Berruet :

Tout autre chose à présent, une vague de froid polaire s'est installée sur le continent européen.

Gilles Moreau :

Et elle a déjà fait au moins 10 morts, dont 4, en Pologne. En Allemagne et en Autriche, les températures sont descendues jusqu'à - 23 ° Celsius, températures qui bien sûr mettent le corps à rude épreuve. Valérie Cohen.

Valérie Cohen :

L'organisme fait des efforts supplémentaires pour s'adapter au froid. Le cœur en particulier bat plus vite pour lutter contre le refroidissement. Un épisode glacial peut ainsi aggraver des problèmes cardiovasculaires, avertit la Direction générale de la santé. Selon une étude scientifique, en période de grand froid, chaque degré de température en moins est associé à une augmentation de 2 % du risque d'infarctus du myocarde. L'activité physique à l'extérieur est à bannir et la prudence s'impose donc, pour les personnes atteintes d'hypertension artérielle, d'insuffisance cardiaque, ou ayant des antécédents d'infarctus du myocarde ou d'AVC. Idem pour les personnes atteintes de maladies respiratoires, telles que l'asthme ou la bronchite chronique.

Autres risques liés à des températures polaires : les gelures aux extrémités, et bien sûr l'hypothermie, c'est-à-dire une température corporelle en dessous de 35° C. Les nourrissons sont particulièrement vulnérables, car leur système de régulation de température est encore immature. Les autorités sanitaires recommandent donc de les garder au chaud.

Bien sûr ce sont les personnes sans-abri qui souffrent le plus de ces épisodes de grand froid. Deux hommes ont été retrouvés morts ce week-end en France.