

# **Pollution atmosphérique**

ISSN : 2268-3798

Éditeur : Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique

233 | 2017

Varia

---

## **Canicule et froid hivernal, Comment se protéger ?**

de J.-L. San Marco, Éditions du Rocher, 2016

Régis Juvanon du Vachat

---

 <https://www.peren-revues.fr/pollutionatmospherique/6101>

DOI : 10.4267/pollution-atmospherique.6101

### **Référence électronique**

Régis Juvanon du Vachat, « Canicule et froid hivernal, Comment se protéger ? », *Pollution atmosphérique* [En ligne], 233 | 2017, mis en ligne le 05 avril 2017, consulté le 25 février 2026. URL : <https://www.peren-revues.fr/pollutionatmospherique/6101>

### **Droits d'auteur**

CC-BY

# Canicule et froid hivernal, Comment se protéger ?

de J.-L. San Marco, Éditions du Rocher, 2016

Régis Juvanon du Vachat

## TEXTE

---



- 1 Le Professeur San Marco de Marseille a été souvent mis en avant par les médias après la canicule de l'été 2003, parce qu'il avait su gérer une canicule antérieure, en 1983, dans la région de Marseille, où celle de 2003 n'a occasionné que très peu de morts comparée à l'ensemble de la France. En effet, l'hécatombe meurtrière d'août 2003 en France, avec ses 15 000 morts, a créé un véritable traumatisme au sein de la société française. Par la suite, le retour d'expérience de la canicule 2003 a permis de mettre en place un plan de prévention qui s'est révélé efficace lors de l'épisode caniculaire de juillet 2006 (surmortalité de 3 000 décès) et qui a poussé à étudier les canicules antérieures (étés 1976 et 1983) peu explorées jusque-là ! Les spécialistes de ces questions (biométéorologistes) se sont alors penchés sur la question du froid hivernal, symétrique en quelque sorte de la canicule. Alors, une véritable stupeur les a saisis quand ils ont découvert des surmortalités hivernales environ sept fois supérieures aux canicules (en cumul sur 30 ans) et qui sont passées inaperçues ! Voilà ce qui

constitue la trame de l'ouvrage : l'analyse des corrélations entre mortalité et température et les moyens de se protéger des températures extrêmes, qu'il s'agisse des canicules ou des vagues de froid.

On note à cette occasion que la chaleur possède son propre mécanisme de régulation (la sueur) alors que le froid n'en possède pas, c'est ce qui fait que l'on grelotte ! Il faut donc se couvrir lors d'un épisode de froid : le cou et la tête, comme on le fait pour les jeunes enfants, alors qu'en cas de chaleur il faut gérer la transpiration (boire mais sans excès ou se rafraîchir le corps). Ainsi, si la canicule 2003 a imposé une pièce fraîche dans les maisons de retraite et les hôpitaux, elle a aussi démontré le danger de trop donner à boire aux personnes âgées ! Tout ceci est détaillé très longuement à travers une trentaine de chapitres, avec souvent des répétitions qui sont nécessaires, tant la connaissance du grand public est mince à leur sujet. L'auteur fournit alors des explications approfondies sur les mécanismes en jeu pour provoquer l'adhésion aux mesures proposées, que ce soit pour des individus ou les collectivités. Il s'agit d'ailleurs le plus souvent de mesures simples et pratiques, de bon sens !

J'illustre maintenant quelques mesures importantes en donnant l'explication proposée. Ainsi, il est indispensable de se couvrir le haut du corps quand il fait froid, parce que la moitié des pertes de chaleur se font par là. D'ailleurs, cette mesure de protection est très bien respectée dans les pays nordiques, beaucoup moins chez nous. Mais les femmes craignent de chambouler leur coiffure (ou leur brushing), et ce peut être une question de mode remontant à Brigitte Bardot ! Il faut aussi faire très attention aux contrastes de température lorsqu'il y a des écarts importants de 4 à 5 °C : chauffage trop fort l'hiver ou climatisation excessive l'été. Il y a une plage de confort (16 °C-23 °C) dont il ne faut pas trop s'éloigner, pour protéger le corps des chocs thermiques.

Pour les surmortalités hivernales, environ sept fois plus graves que les surmortalités estivales, la lenteur d'apparition du phénomène peut expliquer qu'elles passent inaperçues, et la mobilisation de la société semble difficile... on connaît le slogan : passera pas l'hiver !

D. Rousseau, qui a organisé le colloque SMF « Santé et Météorologie » en 2008, a relu l'ouvrage et rédigé la postface. Il présente l'analyse de l'INSEE du bilan démographique de la France en 2015, qui confirme les conclusions de l'ouvrage sur la surmortalité hivernale, avec l'épisode de froid précoce en octobre 2015 (4 000 décès en excédent) passé inaperçu au regard d'une

augmentation de la mortalité routière (34 morts de plus), cent fois plus faible !

Pour finir, voici une suggestion pour utiliser l'ouvrage efficacement : on se reportera à la table des matières qui servira d'index. En conclusion, formulons le souhait que cet ouvrage soit largement diffusé dans le grand public mais aussi parmi les gestionnaires, compte tenu de l'enjeu vital qu'il représente.

## AUTEUR

---

Régis Juvanon du Vachat