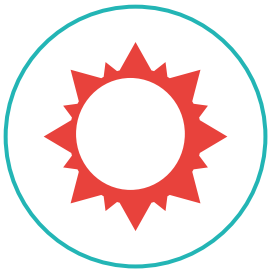
NOURRISSONS ET FORTES CHALEURS

Conseils pratiques

VÊTEMENTS LÉGERS

Habillez votre enfant avec différentes couches de vêtements légers en fonction de la température et, si possible, mettez lui un petit chapeau.



ATTENTION À L'EXPOSITION AU SOLEIL

Les nourrissons de moins de 6 mois ne devraient pas être exposés directement au soleil. A partir de 6 mois, utilisez une crème solaire adaptée.

HYDRATATION PLUS FRÉQUENTE

Allaitez ou donnez un biberon régulièrement

BAINS RAFRAÎCHISSANTS

Donnez un bain rafraîchissant à votre enfant avant de le mettre au lit.

RAFRAÎCHIR L'AIR

Utilisez un ventilateur pour favoriser la circulation d'air. Si vous utilisez un climatiseur, la température devrait être idéalement comprise entre 24° et 26°C.

OMBRE, SANS COUVERTURE

La capote du landau doit faire de l'ombre tout en permettant la circulation d'air (ne pas couvrir avec un tissu).

SIGNES ANNONCIATEURS DU COUP DE CHALEUR

- fièvre elevée
- forte transpiration qui disparaît soudainement
- rythme cardiaque et respiration accélérés
- vomissements
- irritabilité
- urine foncée ou couche sèche
- bouche, lèvres et yeux secs
- somnolence et fatigue

Si votre enfant présente un ou plusieurs de ces symptômes, il nécessite d'un traitement d'urgence. Contactez votre pédiatre ou le service d'urgence le plus proche.

Dipartimento della sanità e della socialità

APSI Associazione Pediatri della Svizzera Italiana

www.ti.ch/canicola