



Hitte protocol

Versie april 2024

Inleiding

Steeds vaker krijgen we in Nederland te maken met extreem weer. Als kinderopvangorganisatie dienen wij daarop te anticiperen. Zeer hoge temperaturen zoals bij een hittegolf kunnen gevaarlijk zijn voor kinderen. Kinderen zijn kwetsbaar voor hitte omdat zij niet altijd zelf acties ondernemen als ze het te heet hebben, maar vooral ook voor jonge baby's kan het gevaarlijk zijn, omdat zij nog niet in staat zijn hun eigen lichaamstemperatuur te reguleren. Het is dus uitermate belangrijk dat de pedagogisch medewerkers kinderen begeleiden in het goed omgaan met hitte en het kinderdagverblijf de juiste randvoorwaarden schept om het hoofd koel te houden. Het doel van dit hitte protocol is om het personeel van Prins Heerlijk te instrueren over hoe zij gezondheidsrisico's bij kinderen door aanhoudende warmte kunnen voorkomen en/of verminderen.

1. Wanneer treedt het hitte protocol in werking?

Dit hitteprotocol treedt in werking wanneer de weersvoorspellingen uitgaan van dagtemperaturen van 25°C of hoger. Voor maximale binnentemperatuur gelden geen wettelijke regels. De wet schrijft voor dat de binnentemperatuur behaaglijk dient te zijn (een ideale temperatuur ligt tussen de 18 en de 22°C) en in de zomer liever niet hoger dan 26°C. Het klimaat mag niet tot schade van de gezondheid leiden.

2. De gevolgen van hitte voor de gezondheid

Klachten die bij hitte hoofdzakelijk ontstaan zijn vermoeidheid, concentratieproblemen, benauwdheid en hoofdpijn. In een ernstig geval kan het lichaam uitdrogen en oververhit raken door verlies van vocht en een stijgende lichaamstemperatuur. Dit kan herkend worden aan de volgende symptomen:

- Minder vaak naar de wc gaan of minder plasluiers
- Donker gekleurde urine
- Snelle hartslag
- Droge mond
- Huilen zonder tranen
- Duizeligheid, misselijkheid, braken of spierkrampen
- Overmatig zweten
- Verminderde lichamelijke activiteit, lusteloos of slaperig (in een ernstig geval raakt een kind bewusteloos)

Verloont een kind (één van) deze bovengenoemde symptomen? Breng het kind direct naar een koele plek en laat het drinken, als het daartoe in staat is. Waarschuw direct een arts wanneer de klachten niet verminderen.

3. De werkwijze om warmteoverlast te beperken

Om de temperatuur binnen te meten wordt er gebruik gemaakt van thermometers welke zichtbaar hangen in de groepsruimten en slaapkamer. Deze kunnen de pedagogisch medewerkers in de gaten houden. Wanneer de weersvoorspellingen uitgaan van buitentemperaturen van 25°C of hoger kunnen de volgende maatregelen getroffen worden:

1. De warmte buiten houden door:

- overdag zo min mogelijk verlichting aan te zetten.
- het gebruik van warmtebronnen zoals de droger te beperken.
- het zonnescherm tijdig uit te hangen (direct bij de start van de dag) en 's avonds weer naar binnen te halen.
- geen intensieve bewegingsactiviteiten te organiseren.
- de ruimten te ventileren in de ochtend voordat de kinderen er zijn en in de avond (als dit kan) Hierbij kan gelet worden op dwarsventilatie (ramen/deuren tegenover elkaar open zetten). *Let op: de buitentemperatuur dient buiten lager te liggen dan binnen. Anders heeft het geen zin.*
- gebruik te maken van de ventilatoren en airco (bij 23°C of hoger). De airco dient alleen aangezet te worden wanneer de kinderen niet direct in de luchtstroom van de airco zitten. Dit kan dus tijdens tafelmomenten of slaapmomenten.

2. Het voorkomen van dorst, uitdroging en oververhitting door:

- extra vocht aan te bieden aan de kinderen, ook buiten de gebruikelijke eet- en drinkmogelijkheden om.
- eten met veel vocht extra aan te bieden zoals fruit, ijs of melk/yoghurt aan te lengen met extra water.
- kinderen luchtig te kleden en beschermende kleding tegen de zon. Dit wordt ook gemeld bij ouders voorafgaand aan de dag.
- Kinderen enkel in een rompertje laten slapen. Het gebruik van een slaapzak is niet noodzakelijk bij extreme hitte.

3. Bescherming tegen de zon door:

- het zorgen voor extra schaduw en kinderen niet in direct zonlicht te laten spelen tussen 12.00 en 16.00.
- ouders voorafgaand aan de dag te vragen om beschermende kleding zoals zonnepetjes, mee te nemen en in te smeren.
- kinderen bij warm weer minimaal 2x per dag in te smeren met zonnebrandcrème. Bij Prins Heerlijk maken wij gebruik van suncover SPF 30 of 50 by dr. Jetske Ultee. Ieder jaar wordt de houdbaarheidsdatum van de zonnebrandcrème gecontroleerd en waar nodig de zonnebrandcrème vernieuwd. Als ouders het prettig vinden kunnen ze zonnebrandcrème van thuis meegeven.

4. Het dagprogramma aanpassen door:

- geen actieve bewegingsactiviteiten te plannen.
- te zorgen voor verkoeling met bijvoorbeeld waterspelletjes, sproeiers of zwembadjes.
- activiteiten te verplaatsen naar de voorzijde van het gebouw (eetruimte bij peuters en speelhoek bij grondbox bij baby's), waar het koeler blijft.
- Alleen op de buitenspeelplaatsen te spelen wanneer deze in de schaduw vallen aan het begin of einde van de dag (dit wisselt van de achtertuin naar de voortuin)

4. Extra richtlijnen met betrekking tot de medewerkers

Ook medewerkers dienen alert te zijn op de gevolgen van hitte en warmteoverlast voor zichzelf. Hierbij dienen zij te letten op het volgende:

- Drink genoeg! Ook buiten de gezamenlijke eet- en drinkmomenten
- Smeer de huid goed in alvorens je aan het werk gaat en nogmaals tijdens de werkdag.
- Zorg voor voldoende verkoeling en schaduw
- Pas het activiteiten niveau zowel binnen als buiten aan.