

## Le travail par fortes chaleurs

Le travail par fortes chaleurs et notamment au-dessus de 33°C présente des dangers... **La canicule ou des conditions inhabituelles de chaleur sont à l'origine de troubles pour la santé voire d'accidents du travail dont certains peuvent être mortels.** Les risques liés au travail par fortes chaleurs doivent être repérés et le travail adapté.



**À partir de 30°C, soyez vigilant!  
Au-dessus de 33°C, vous pouvez être en danger!**

Afin de maintenir sa température corporelle à 37°C, l'organisme utilise des mécanismes de thermorégulation (transpiration, dilatation des vaisseaux sanguins cutanés...).

**Lors de fortes chaleurs (température >30°C) et selon les individus, la thermorégulation peut devenir défaillante en cas d'effort physique entraînant ainsi des troubles plus ou moins graves.**

Les individus ne réagissent et ne s'acclimatent pas de la même façon face aux variations de températures ; des facteurs comme l'âge, le poids, l'état de santé, la prise de médicaments, les habitudes alimentaires interviennent dans l'acclimatation.

Le travail, entraînant un effort physique et un échauffement du corps supplémentaire (plus ou moins élevé selon les tâches), peut aggraver une situation où un individu aurait déjà des difficultés pour s'acclimater à de fortes températures.

Les symptômes courants sont : **fatigue, peau chaude et sèche, maux de tête, vertige, troubles de la vigilance, crampes musculaires, ...**

Ces symptômes peuvent être précurseurs de troubles plus importants, voir mortels : **déshydratation, coup de chaleur...**

### QU'EST-CE QUE LE COUP DE CHALEUR ?

Le **coup de chaleur** est le résultat d'une exposition prolongée à la chaleur, il provoque une surchauffe du corps, qui se traduit par une fièvre élevée, une rougeur du visage, des maux de tête, une forte sensation de soif voire des vomissements et des troubles de la conscience.

### Coup de chaleur et premiers secours

*Fatigue, maux de tête, soif intense, crampes, vertiges, peau sèche, somnolence, confusion, température corporelle supérieure à 39 °C...*

**Il s'agit d'une URGENCE VITALE → Vous devez IMPÉRATIVEMENT**

- 1- Alerter ou faire alerter le sauveteur secouriste du travail et les secours : 15 (Samu), 18 (sapeurs-pompiers) ou 112 (numéro d'appel européen des services de secours).
- 2- Amener la victime à l'abri dans un endroit frais, climatisé si possible.
- 3- Mettre la victime au repos dans la position où elle se sent le mieux.
- 4- Recouvrir la victime d'un linge humide.
- 5- Si la victime ne présente pas de troubles de conscience : lui donner de l'eau (à température ambiante, pas trop fraîche) à boire par petites gorgées après accord de la régulation au centre 15.
- 6- Si la victime perd connaissance : la mettre en position latérale de sécurité et la surveiller en attendant l'arrivée des secours.

## Le travail par fortes chaleurs

### SUR LE PLAN REGLEMENTAIRE

Le Code du Travail indique que l'autorité territoriale est tenue de mettre à disposition des agents de **l'eau potable et fraîche**.

De plus, dans les locaux fermés où le personnel est appelé à séjourner, l'air doit être renouvelé de façon à éviter les élévations exagérées de température, les odeurs désagréables et les condensations.



L'aération doit avoir lieu soit par ventilation mécanique, soit par ventilation naturelle permanente.

### RECOMMANDATIONS ET MESURES DE PREVENTION

#### ⇒ Aménagement des postes de travail :

- Aménager des vestiaires et des locaux de pause isolés et ventilés. Les agents doivent pouvoir s'y rafraîchir et s'hydrater. Mettre à disposition un réfrigérateur pour stocker des aliments et de l'eau au frais.
- Donner accès à des boissons fraîches (il est recommandé de boire régulièrement de l'eau même si vous n'en ressentez pas la soif, environ 1 verre toutes les 20 minutes).
- Éviter les élévations exagérées de température dans les locaux fermés voire climatisés (faire évacuer les locaux climatisés si la température intérieure est supérieure ou égale à 34°C en cas de défaut prolongé du renouvellement d'air).
- Penser aux adaptations techniques permettant de limiter les effets de la chaleur (ventilateur, brumisateur, store, ...).

*Rappelons qu'au-dessus de 33 °C, le ventilateur brasse de l'air chaud et tend alors à augmenter l'inconfort.*

#### ⇒ Organisation du travail :

- Planifier les activités en extérieur en tenant compte des prévisions météorologiques et de la tolérance à la chaleur des agents.
- Organiser des pauses dans un endroit ombragé accompagnées d'une boisson fraîche.
- Décaler les horaires de travail afin de commencer la journée plus tôt.
- Effectuer une rotation des tâches pour alterner les postes exposés.
- Limiter le travail physique. Favoriser l'utilisation d'aides mécanisées à la manutention.
- Réaliser les tâches physiques tôt le matin.
- Porter une attention particulière aux agents susceptibles de travailler de façon isolée en privilégiant le travail en binôme. A défaut, prévoir un système de communication avec les agents exposés et/ou au minimum un dispositif d'alarme pour travailleur isolé (DATI).
- Eliminer toute source inutile de chaleur : éteignez le matériel électrique non utilisé (poste informatique, imprimante, lampe, ...).
- Signaler et cesser immédiatement toute activité dès que des symptômes de malaise se font sentir.

## Le travail par fortes chaleurs

---

### ⇒ Vêtements et équipements :

- Protéger les yeux : mettre à disposition les lunettes de protection teintées.
- Mettre à disposition des agents des vêtements amples et légers, de couleurs claires (ils permettent l'évaporation de la sueur tout en freinant la diffusion par rayonnement de la chaleur du corps).
- Prévoir un couvre-chef (casquette, chapeau...) en cas d'exposition prolongée.
- Des crèmes solaires peuvent être utilisées en complément.
- Mettre à disposition des brumisateurs, des climatiseurs...

### ⇒ Formation et sensibilisation des agents :

- Sensibiliser les agents sur les risques liés aux fortes chaleurs.
- Mettre en place des formations adaptées aux postes de travail (prendre en compte la période d'acclimatation : 9 à 12 jours).
- Former les agents aux gestes de premiers secours.
- Conseiller aux agents exposés aux fortes chaleurs une alimentation adaptée : manger régulièrement, léger, et s'hydrater avec une boisson fraîche (éviter toutes boissons alcoolisées et riches en caféine).

**En cas d'épisode de forte chaleur,  
un numéro d'information est mis à disposition du public :**

**0 800 06 66 66 – Canicule info service**

(appel gratuit depuis un poste fixe)

Pour plus d'informations : <http://www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes.html>