

Le travail sous forte chaleur

Suite au changement climatique que nous observons depuis quelques années, il est prévu des canicules plus intenses et plus longues en France.



De nombreux métiers obligent les salariés à évoluer dans des environnements marqués par des températures élevées : teintureries, blanchisseries, cuisines, mines, hauts fourneaux, fonderies, ateliers de soudure... D'autres personnes travaillent en extérieur et peuvent être exposées à la chaleur, notamment en été lors des épisodes caniculaires. Ces ambiances thermiques peuvent avoir de graves effets sur la santé et augmenter les risques d'accidents du travail.

La perception de la chaleur et les activités exposées

Les effets de la chaleur

La réglementation ne définit pas le travail à la chaleur. Toutefois, au-delà de 30°C pour une activité sédentaire, et 28°C pour un travail nécessitant une activité physique, la chaleur peut constituer un risque pour les salariés.

Il est donc listé dans le code du travail quelques mesures de prévention à mettre en œuvre pour satisfaire les conditions d'hygiène et de sécurité face à ce risque.

L'exposition à la chaleur peut être liée à la proximité de matières en fusion comme le verre ou le métal (fonderies, aciéries, hauts-fourneaux) de matériaux à haute température (paroi d'un four, proximité d'un creuset...) ou de conditions environnementales thermiquement dégradées. Par exemple, dans certains environnements, la combinaison de la chaleur et de l'humidité (buanderies, conserveries, cuisines...) peut rendre l'ambiance difficile à supporter. Les travaux en extérieur (bâtiment, travaux publics...) peuvent aussi exposer les salariés à de fortes chaleurs, particulièrement en été.

Les activités à risques

Métier	Activités – unités de travail – Contexte
Services techniques	Tonte – tronçonneuse – souffleur – menuiserie – serrurerie – ripeur – voirie - stations d'épuration - entretien des espaces verts – tonte – débroussaillage – plantation - arrosage...
Maître-nageur	Surveillance des groupes d'enfants - animation de cours...
Cuisine centrale	Préparation des repas (four...) – plonge (lave-vaisselle professionnel).
Administratifs	Bureaux partagés, imprimante, agrafeuse, accueil
Petite enfance	Auxiliaire de puériculture – ATSEM - aide à l'enfant - cantine...

Les situations professionnelles les plus susceptibles d'occasionner des pathologies graves liées à la chaleur

- Bureaux et espaces de travail installés dans des bâtiments à forte inertie thermique (ex : matériaux (béton), baies vitrées sans persiennes ni films antisolaires et sans ouverture, etc.) ;
- Température ambiante élevée ;
- Faible circulation d'air ou circulation d'air très chaud ;





- Port de vêtements de travail ou d'équipements de protection individuelle empêchant l'évaporation de la sueur ;
- Chaleur dégagée par les machines, produits et procédés de travail (services techniques, restauration, agroalimentaire...) ;
- Utilisation de produits chimiques (solvants, peintures...) ;
- Pausages de récupération insuffisantes (pause de récupération : boire un verre d'eau, se rafraîchir le corps dans un espace frais non exposé à la chaleur) ;
- Travail physique exigeant (port de charge...) ;
- Travail en extérieur (BTP, restauration –travail saisonnier notamment).

Les risques professionnels

Les risques d'une surexposition à la chaleur

Fatigue, sueurs abondantes, nausées, maux de tête, vertiges, crampes... Ces symptômes courants liés à la chaleur peuvent être précurseurs de troubles plus importants, voire mortels : déshydratation, coup de chaleur.

Les périodes de fortes chaleurs sont propices aux pathologies liées à la chaleur, à l'aggravation de pathologies préexistantes ou à l'hyperthermie.

Facteurs liés à la personne du travailleur favorisant un risque :

- Etat général et pathologies préexistantes (maladies cardio-respiratoires, troubles métaboliques, pathologies neuropsychiatriques, etc.) et/ou prise de médicaments ;
- Acclimatation à la chaleur insuffisante, processus d'adaptation grâce auquel une personne accroît sa tolérance à la chaleur lorsqu'elle est constamment exposée à une ambiance chaude pendant une période allant de sept à douze jours ;
- Port de vêtements trop serrés ou trop chauds ;
- Mauvaise condition physique ;
- Méconnaissance du danger lié à la chaleur ;
- Insuffisance de la consommation d'eau ;
- Consommation d'alcool, de boissons riches en caféine, ou de substances illicites.

Le coup de chaleur

Un coup de chaleur survient brusquement lorsque le corps ne réussit plus à se refroidir suffisamment. La température corporelle, de 37 °C, augmente et atteint plus de 40 °C.

Les signes d'alertes : maux de tête, sensation de fatigue inhabituelle, vertiges, étourdissements, malaise, perte d'équilibre, désorientation, propos incohérents, perte de connaissance.

Mesures de prévention à mettre en œuvre

L'organisation du travail

- Renouveler l'air de façon à éviter les élévations exagérées de température dans les locaux de travail fermés ;
- Demander à son employeur d'alléger la charge de travail par des cycles courts travail/repos ;
- Demander à son employeur d'organiser le travail de façon à réduire la cadence, notamment en aménageant les plages horaires de travail ;
- Encourager le télétravail ;

- Prendre les mesures organisationnelles adéquates pour que les travaux se fassent sans exposer les agents ;
- Prendre en compte et retranscrire dans le « document unique d'évaluation des risques » les risques liés aux ambiances thermiques et adopter les mesures de prévention permettant d'assurer la santé et la sécurité des agents ;
- Tenir compte de l'aménagement de la charge de travail, des horaires et plus généralement de l'organisation du travail qui doivent être ajustées pour garantir la santé et la sécurité des travailleurs pendant toute la durée de la période de vigilance rouge ;
- Éviter toute consommation de boisson alcoolisée ;
- Réduire ou différer les efforts physiques intenses, et demander à son employeur de reporter les tâches ardues aux heures les plus fraîches ;
- Organiser le travail en binôme, interdire le travail en situation isolé en période de forte chaleur.

Le matériel

- Mettre à disposition de l'eau potable et fraîche ;
- Mettre à la disposition des travailleurs un local de repos adapté aux conditions climatiques ou aménager le chantier de manière à permettre l'organisation de pauses dans des conditions de sécurité équivalentes. Mettre à disposition des travailleurs trois litres d'eau potable fraîche au minimum par jour et par agent ;
- Eteindre les équipements électroniques dont l'utilisation n'est pas obligatoire.

Le personnel

- Signaler à son employeur si les vêtements et équipements de protection individuelle sont sources d'une gêne supplémentaire ;
- Boire régulièrement sans attendre d'avoir soif ;
- Adapter son rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur ;
- Surveiller sa température ;
- Redoubler de prudence selon les antécédents médicaux de l'agent ainsi que sur la prise d'un traitement médicamenteux ;
- Faire des repas légers et fractionnés.

Les Equipements de Protection Individuelle et leur entretien

- Fournir aux agents des moyens de protection contre les fortes chaleurs (casquettes, tee-shirt, crème solaire, lunettes de soleil, serviettes rafraichissantes, brumisateurs, glacières, gourdes...) et/ou de rafraîchissement ;
- S'assurer que le port des protections individuelles et les équipements de protection des engins sont compatibles avec les fortes chaleurs ;
- Porter des vêtements légers qui permettent l'évaporation de la sueur (ex. : vêtements de coton), amples, et de couleur claire si le travail est à l'extérieur ;
- Se protéger la tête du soleil.

Les Formations - sensibilisations

- Sensibilisation des agents sur le risque lié aux fortes chaleurs.



Important à savoir

Comment reconnaître une pathologie grave liée à la chaleur ?

Si, au cours de travaux exécutés en ambiance chaude, vous-même ou un collègue présente l'un des symptômes suivants :

- maux de tête,
- sensation de fatigue inhabituelle,
- importante faiblesse,
- vertiges, étourdissements,
- malaises, pertes d'équilibre,
- désorientation, propos incohérents,
- somnolence,
- perte de connaissance.

ATTENTION ! Il peut s'agir des premiers signes d'une urgence vitale !

Vous pouvez tenter de diminuer le risque :

- Stoppez toute activité physique et mettez-vous au frais,
- Buvez,
- Rafraîchissez-vous avec un linge humide, un brumisateuse, une douche...
- Si les signes persistent au-delà d'1 heure ou s'aggravent ou si vous souffrez d'une maladie cardiaque, appelez un médecin.

Procédure d'alerte

Si vous voyez une personne avec des symptômes comme ceux listés plus haut, il faut agir **RAPIDEMENT** et **EFFICACEMENT** :

- Alerter les secours médicaux en composant le 15,
- Alerter l'employeur,
- Faire cesser toute activité à la personne,
- Rafraîchir la personne :
 - La transporter à l'ombre ou dans un endroit frais ;
 - Lui asperger le corps d'eau fraîche ;
 - Faire le plus de ventilation possible ;
- Donner de l'eau en l'absence de troubles de la conscience.



Pour toute information complémentaire, vous pouvez faire appel au service Prévention
Contact : prevention@cdg81.fr / 05 63 60 16 64