

## → LES MALADIES de la chaleur

Les risques sont d'autant plus grands que les salariés ne sont pas acclimatés : au début d'une vague de chaleur, au retour de congés ou de maladie ainsi que pour les nouveaux embauchés (étudiants, intérimaires, etc.).

### Crampes musculaires



- Repos au frais à l'ombre
- Faire boire de l'eau fraîche

### Épuisement

- Étourdissements
- Fatigue, faiblesses
- Insomnie ou agitation



- Repos au frais à l'ombre
- Faire boire de l'eau fraîche
- Si l'état dure plus d'une heure ou s'aggrave appeler le 15, le 18 ou le 112

### Insolation

- Maux de tête violents
- Nausées, somnolence
- Fièvre (éventuelle)



- Repos au frais à l'ombre
- Refroidir : déshabiller, asperger d'eau, faire de l'air
- Si l'état dure s'aggrave appeler le 15, le 18 ou le 112

### Coup de chaleur

- Peau chaude, rouge sèche, pas de sueur,
- Fièvre élevée
- Maux de tête violents, vomissements
- Agitation, confusion, perte de conscience, convulsions



### URGENCE MÉDICALE

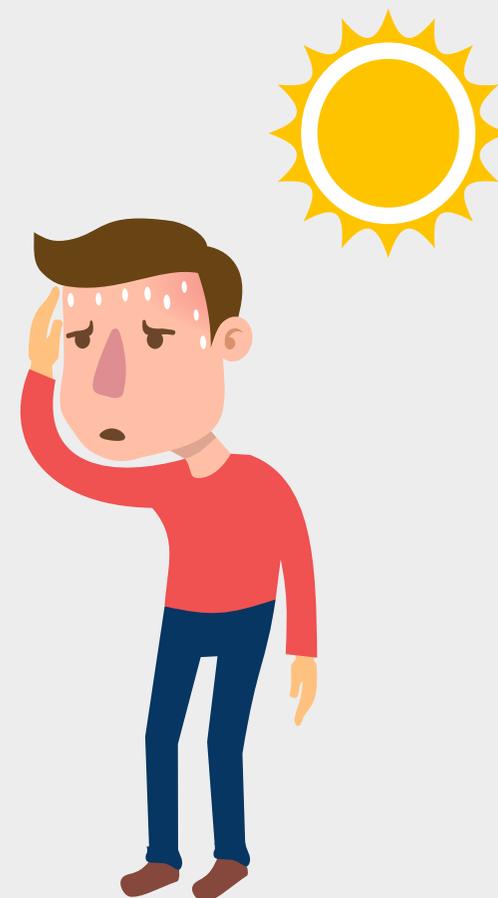
- Appeler le 15, le 18 ou le 112
- Prévenir le secouriste
- Transporter à l'ombre
- Refroidir : déshabiller, asperger d'eau, faire de l'air
- Si conscient, faire boire de l'eau fraîche
- Si inconscient, mettre en position latérale de sécurité



## TRAVAILLER PAR TEMPS CHAUD

Si la réglementation ne définit pas le travail à la chaleur, 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.

- Quelles sont les mesures de prévention ?
- COVID-19 et travail par forte chaleur
- Le calcul du risque
- Estimation du risque
- Les maladies de la chaleur



## → QUELLES SONT LES mesures de prévention ?

### POUR L'ENTREPRISE

#### Préparer un plan d'action pour les journées chaudes

- A l'intérieur des bâtiments : isoler, aérer, climatiser.

#### Tenir compte du temps d'acclimatement nécessaire

#### Organiser

- Décaler les horaires de travail.
- Alléger les tâches :
  - Réduire les cadences
  - Mettre en place des pauses dans un endroit frais ou climatisé
  - Favoriser les aides à la manutention
- Prévoir des zones d'ombres et l'approvisionnement en eau fraîche (15°C)
- Interdire le travail isolé.

#### Informier et former

- Sur les signes d'alerte
- Pour inciter les travailleurs à se surveiller, à signaler tout comportement inhabituel, à cesser le travail au premier malaise.

### POUR LE SALARIÉ

- **Boire** régulièrement de l'eau fraîche **avant d'avoir soif**, pas d'alcool. Attention si les urines deviennent rares et foncées.

- Porter des vêtements légers, de couleur claire pour favoriser l'évaporation de la sueur. Se couvrir la tête.

- Redoubler de prudence en cas de problème de santé ou de prise de médicament, consulter son médecin traitant.

- Se **surveiller** et surveiller ses collègues pour déceler au plus tôt les signes d'un malaise débutant.

- Prendre les pauses organisées par l'entreprise.

- Cesser immédiatement toute activité dès que des symptômes de malaise se font sentir (voir en p. 4 → **LES MALADIES DE LA CHALEUR**) et prévenez les collègues, l'encadrement, les secours... N'hésitez pas à consulter un médecin.



## → COVID-19 et travail par forte chaleur

### Comme l'a indiqué le Haut Conseil de Santé Publique (avis du 6 mai 2020) :

« Il n'y a pas d'incompatibilité entre les mesures barrières recommandées pour la maîtrise de la diffusion du SARS-CoV-2 et les actions recommandées dans le plan canicule. Aucune ne peut être invalidée. »

### Repensez l'organisation du travail et réservez l'usage du masque aux situations incompatibles avec la distanciation physique.

Si la distance d'au moins un mètre ne peut pas être respectée pour certaines tâches (exemple: porter des charges lourdes à deux), chaque opérateur concerné doit porter un masque.

## → LE CALCUL DU RISQUE

CALCUL DE LA TEMPÉRATURE CORRIGÉE	CLASSIFICATION DU TRAVAIL
La température doit être prise à l'ombre et corrigée : <ul style="list-style-type: none"> <li>• s'il fait plein soleil, ajouter 5°C</li> <li>• si le ciel est couvert, ajouter 3°C</li> <li>• si vous portez une combinaison de coton, ajouter 4,5°C</li> <li>• si l'humidité de l'air est de 40%, ajouter 2°C, puis ajouter 1,5°C par tranche de 10% d'humidité supplémentaire</li> </ul>	<b>Travail léger</b> : conduire un véhicule (ex : tracteur), faire fonctionner une machine, se déplacer, etc. <b>Travail moyen</b> : effectuer des efforts de poussée ou de soulèvement, cueillir des fruits, etc. <b>Travail pénible</b> : manier des machines demandant un gros effort physique (marteau-piqueur, dameuse, etc.), pelletter, tronçonner, scier à la main, etc.

Pour une personne, si l'on considère qu'elle passe 4 heures sur 8 aux températures notées, il faudra prévoir :



## → ESTIMATION DU RISQUE

Température corrigée	Travail léger	Travail moyen	Travail pénible	Eau (250 ml)
plus	++++	++++	++++	toutes les 10 minutes
43°C	++++	++++	++++	
42°C	+++	++++	++++	
41°C	++	+++	++++	toutes les 15 minutes
40°C	+	+++	+++	
39°C		++	+++	
38°C		+	++	toutes les 20 minutes
37°C			+	
36°C				
35°C				
34°C				
33 C à 30 C				

En zone jaune, il faut commencer à appliquer les mesures de prévention et être vigilant vis à vis de son état de santé et de celui de ses collègues

En zone orange, des pauses supplémentaires doivent être prises : +, ++, +++.

En zone rouge, les mesures de prévention doivent être appliquées de manière stricte et les travailleurs doivent redoubler de vigilance quant à l'apparition de signes d'alerte.