

TRAVAIL A LA CHALEUR

I. DEFINITION

Le travail à la chaleur n'a pas de définition réglementaire. Toutefois le travail pour des températures > 30° pour une activité sédentaire, et 28° pour un travail nécessitant une activité physique, peut être considéré comme du travail à la chaleur avec des risques que comporte un bilan thermique positif pour l'organisme.

Rappel des conditions de confort thermique :

En l'absence de sources de rayonnement importantes (four, soleil), les conditions de confort thermique sont :

🕒 Pour une personne effectuant un travail de bureau et vêtue d'une tenue de travail légère :

- Température de l'air, 20 à 22°C
- Vitesse de l'air de l'ordre de 0,1 m/s
- Humidité relative 50%

🕒 Pour une personne effectuant une activité physique moyenne, debout (exemple travail sur machine) et vêtue d'une tenue de travail légère :

- Température de l'air, 16 à 18°C
- Vitesse de l'air de l'ordre de 0,1 m/s
- Humidité relative 50%

🕒 Pour une personne effectuant une activité physique soutenue (manutention manuelle) et vêtue d'une tenue de travail légère :

- Température de l'air, 14 à 16°C
- Vitesse de l'air de l'ordre de 0,2 m/s
- Humidité relative 50%

II. RECONNAITRE LES SIGNES DE MAUVAISE TOLERANCE

1. Les niveaux de risques :

- 🕒 **Niveau 1 - Coups de soleil** : rougeur et douleur, œdème, vésicule, fièvre, céphalées
- 🕒 **Niveau 2 - Crampes** : spasmes douloureux (jambes et abdomen), transpiration
- 🕒 **Niveau 3 - Epuisement** : forte transpiration, faiblesse, froideur et pâleur de la peau, pouls faible, température normale
- 🕒 **Niveau 4 - Coup de chaleur** : température corporelle $>40,6^{\circ}\text{C}$, peau sèche et chaude, pouls rapide et fort, perte de conscience possible

2. Les facteurs de risques :

🕒 En rapport avec les conditions climatiques :

- le niveau de température : pas de risque en dessous de 24°C
- le niveau d'hygrométrie : le risque croît avec le degré d'hygrométrie ; pas de risque jusqu'à 30°C pour une hygrométrie égale à 0; début de risque dès 24°C pour une hygrométrie de 100%
- la vitesse de l'air (en mètre/seconde) : elle favorise la déperdition de chaleur par convection
- la température moyenne de rayonnement (mesurée en kelvin)

- 🕒 **En rapport avec l'activité physique du sujet** (mesurée en watt/m² de surface corporelle) : les risques augmentent avec l'activité physique car celle-ci produit de la chaleur qui doit être éliminée.

🕒 En fonction du salarié :

- le manque d'acclimatation
- l'état de santé
- les médicaments
- l'habillement

III. ACTIONS PREVENTIVES DES COUPS DE CHALEUR

1. *Suppression ou limitation du risque*

- Automatisation des tâches en ambiance thermique élevée
- Aides mécaniques à la manutention
- Climatisation des véhicules pour les salariés se déplaçant beaucoup
- Climatisation des locaux

2. *Protection technique collective*

- Isolation thermique des locaux et des postes : stores, volets, film antisolaire
- Rafraîchissement **d'ambiance** : humidificateurs, ventilateurs (pour des températures intérieures < à 32°C), brumisateurs
- Pauses fréquentes en ambiance rafraîchie
- **Aménagement d'horaires**
- Mise à disposition d'eau potable et de sel +++

3. *Protection individuelle*

- Pauses, décalage des heures de travail
- Réhydratation avec prise de sel
- Au-delà de 34°C, évacuation des locaux climatisés en cas de panne (Recommandation de la CNAMTS)

4. *Formation, sensibilisation*

🕒 Hygiène alimentaire :

- éviter toute consommation de boisson alcoolisée
- faire des repas légers et fractionnés
- **boire un verre d'eau au moins toutes les 20 minutes**

🕒 Vêtement léger, non ajusté et en fibre naturelle

5. *Organisation du travail*

🕒 Aménagement d'horaires : commencer tôt, prévoir des pauses l'après-midi

6. *Organisation des secours en cas de malaise*

- 🕒 Informer sur les numéros d'urgence
- 🕒 Amener la victime dans un endroit frais et aéré
- 🕒 **L'installer en position de confort (allongé jambes surélevées si conscient ou position latérale de sécurité si inconscient)**
- 🕒 La rafraîchir
- 🕒 La réhydrater