

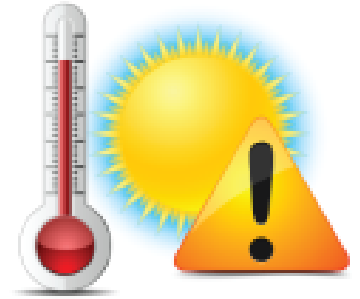
# Travail par fortes chaleurs

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 en été doivent être repérés et le travail adapté.



# Travail, chaleur et santé

- Les effets de la chaleur sur le travail:
  - Baisse de la vigilance
  - Augmentation des temps de réaction
  - La transpiration peut rendre les mains glissantes ou gêner la vue
- Les risques principaux :
  - **Coup de chaleur**
  - **Déshydratation.**
  - La chaleur peut également agir comme révélateur ou facteur aggravant de pathologies préexistantes, essentiellement cardiorespiratoire, rénale, endocrinienne (diabète...).
  - **Accident du travail**



# Niveaux de gravité d'une exposition à la chaleur

Niveau 1

- Rougeurs et douleurs, œdème, vésicules, fièvre, céphalées.


Niveau 2

- **Crampes de chaleur** ou spasmes douloureux (jambes et abdomen), transpiration entraînant une déshydratation, **syncope de chaleur** (perte de connaissance soudaine et brève, survenant après une longue période d'immobilité ou lors de l'arrêt d'un travail physique dur et prolongé).

Niveau 3  
et 4

- **Epuisement**, (forte transpiration, froideur et pâleur de la peau, pouls faible, température normale).
- **Coup de chaleur** (température corporelle supérieure à 40,6 °C, peau sèche et chaude, pouls rapide et fort, perte de conscience possible), décès possible par défaillance de la thermorégulation

# Le coup de chaleur

 <p><b>Symptômes généraux</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hyperthermie : température interne supérieure à 40,6 ° C,</li><li>- Tachycardie : pouls rapide,</li><li>- Respiration rapide,</li><li>- Céphalées (maux de tête),</li><li>- Nausées, vomissements.</li></ul>
<p><b>Symptômes cutanés</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Peau sèche, rouge et chaude,</li><li>- Absence de transpiration,</li></ul>
<p><b>Sympômes neuro-sensoriels</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Confusion, comportement étrange, délire, voire convulsions,</li><li>- Perte de connaissance éventuelle,</li><li>- Pupilles dilatées.</li></ul>

Source : INRS

Le coup de chaleur peut survenir en cas d'exposition prolongée à des températures élevées. Le coup de chaleur est rare mais grave : **il est mortel dans 15 à 25 % des cas.**

# Premiers gestes de secours en cas de coup de chaleur

Le premier réflexe du collègue ou du secouriste doit être :

**Alerter ou faire alerter les secours extérieurs**

**Samu (15) ou pompiers (18)**

- Amener la victime dans un endroit frais et bien aéré (si elle peut être déplacée),
- La déshabiller ou desserrer ses vêtements,
- Appliquer de l'eau froide sur la victime
- Si la victime est consciente, lui faire boire de l'eau fraîche,
- Si la victime perd connaissance : la mettre en position latérale de sécurité et la surveiller en attendant l'arrivée des secours.

# Prévention des risques

- Travailler de préférence aux heures les moins chaudes,
- Effectuer une rotation des tâches avec des postes moins exposés,
- Augmenter la fréquence des pauses,
- Limiter le travail physique,
- Installer des sources d'eau fraîche à proximité des postes de travail,
- Aménager des aires de repos climatisées ou des zones d'ombre

**Boire de l'eau régulièrement, même en l'absence de soif.**

En cas de risque de déshydratation importante : boire des jus de fruit ou de légume ainsi que des eaux riches en sel.

