



Travail par fortes chaleurs en période de pandémie... Quelques recommandations

Le travail par fortes chaleurs présente des dangers pour les organismes qui sont fortement sollicités.

Il faut être vigilant dès que les températures sont :

- > 30°C pour une activité sédentaire
- > 28°C pour un travail à l'extérieur

La sensation de chaleur peut augmenter avec le port d'EPI (masque respiratoire, tenue de travail...)

Rappel des mesures à appliquer pour les employeurs :

Pour limiter les risques de la canicule sur la santé de leur personnel, quelques mesures simples doivent s'imposer aux employeurs, en particulier dans les métiers les plus à risque : BTP, fonderies, lingeries industrielles, pressings, boulangeries, ...

Certes, la vigilance de l'employeur doit être accrue en cas d'alerte canicule, mais les mesures de prévention doivent être prises en amont. Cela fait partie de ses obligations courantes en matière de prévention des risques.

De fortes chaleurs peuvent avoir des conséquences sur l'organisme : fatigue, maux de tête, faiblesse, irritation, étourdissement, etc...

Les salariés peuvent être en danger et les risques d'accidents graves du travail augmentent.

N'oubliez pas qu'en tant qu'employeur, vous devez assurer la sécurité et protéger la santé des travailleurs (Décret n° 2008-1382 du 19 décembre 2008 relatif à la protection des travailleurs exposés à des conditions climatiques particulières).

Tout employeur doit :

- Etablir ou actualiser le document unique
- Evaluer le risque « fortes chaleurs » lié aux ambiances thermiques (température ...)

Evaluation des risques et plan d'action

Votre obligation de sécurité commence par l'évaluation des risques, notamment celui lié aux fortes chaleurs. Ces résultats doivent être retranscrits dans le document unique.

Vous devez également mettre en place des actions liées à ce risque.

Exemple de plan d'action :

- Prévoir une surveillance de la température ambiante
- Prévoir une organisation de travail permettant de :
 - Adapter les horaires de travail dans la mesure du possible : début d'activité plus matinal avec arrivées échelonnées, suppression des équipes d'après-midi, organisation de pauses supplémentaires et/ou plus longues aux heures les plus chaudes, si possible dans une salle plus fraîche
 - Réduire les cadences
 - Réduire les efforts physiques par des aides mécaniques à la manutention par exemple
 - Planifier les tâches ardues aux heures les plus fraîches en respectant les règles de distanciation physique
 - Privilégier le travail en équipe, éviter qu'un travailleur soit seul
- Prévoir des sources individuelles d'eau potable fraîche à proximité des postes de travail et en quantité suffisante (Art R4225-2 du code du travail)
- Mettre à la disposition du personnel des moyens utiles de protection (brumisateurs d'eau minérale, vaporisateurs d'humidification, stores extérieurs, volets ...)
- Vérifier que la ventilation des locaux de travail est correcte et conforme à la réglementation
- Prévoir en cas de travail à l'extérieur (Art R4225-1 du code du travail) :
 - Des zones ombragées
 - Des abris ou des locaux climatisés (la température doit alors être de 5 degrés maximum inférieure à la température extérieure)
- Etablir un protocole d'urgence en cas de malaise lié à l'exposition à la chaleur

Recommandations d'OSTRA pour les travailleurs pendant une vague de chaleur

Lors des périodes de canicules, certains travailleurs peuvent être particulièrement exposés aux risques liés aux fortes chaleurs.

Ils doivent :

- Penser à consulter le bulletin météo (radio, presse, ...)
- Surveiller la température ambiante
- Penser à éliminer toute source additionnelle de chaleur (éteindre le matériel électrique non utilisé, les luminaires non nécessaires...)
- Utiliser un ventilateur seulement en bureau individuel et si la température de l'air ne dépasse pas 32°C. Au-delà, ce peut être dangereux car ça augmente la température
- Boire au minimum l'équivalent d'un verre d'eau toutes les 15 à 20 mn, même si l'on n'a pas soif, ou des boissons froides (sans caféine ni alcool)
- Porter des vêtements légers qui permettent l'évaporation de la sueur (vêtements de coton par exemple), amples et de couleur claire si le travail est à l'extérieur
- Se protéger la tête du soleil
- Faire des repas légers et fractionnés
- Redoubler de prudence en cas d'antécédents médicaux ou de prise de médicaments
- Inciter les travailleurs à se surveiller mutuellement pour déceler rapidement les signes ou symptômes du coup de chaleur et les signaler à l'employeur et au médecin du travail
- Cesser immédiatement toute activité dès que des symptômes de malaise se font sentir et prévenir les collègues, l'encadrement, le médecin du travail ... Ne pas hésiter à consulter un médecin
- En cas de « coup de chaleur », alerter le ou les secouristes du travail, les secours médicaux ( 15), rafraîchir la personne à l'aide d'une serviette humide ou d'un brumisateur, l'accompagner à l'ombre ou dans un endroit frais et aéré et lui faire boire de l'eau en l'absence de troubles de la conscience

Sur les chantiers du BTP, les employeurs sont tenus de mettre à disposition des travailleurs trois litres d'eau, au moins, par jour et par travailleur (Art. R4534-143 du code du travail).

Recommandations en cas de port de masque

Le port du masque (FFP1 et masque en tissu) entraîne surtout une sensation d'inconfort thermique mais a peu d'effet sur les risques liés à la chaleur. Voici quelques recommandations pour diminuer cette sensation d'inconfort.

Choix du masque :

- matériau le plus respirable possible sans compromettre l'efficacité de filtration afin d'essayer de réduire le taux d'humidité dans l'air à l'intérieur du masque
- bien ajusté à la forme et à la taille du visage avec une bandelette ajustable au nez (peut aussi réduire la buée dans les lunettes) et des lanières qui s'attachent derrière la tête (plus facilement ajustables que les élastiques aux oreilles).

Conduite à tenir :

- Favoriser la respiration par le nez (bouche fermée) lors du port du masque, ce qui génère moins de chaleur et d'humidité.
- Réserver le port du masque aux moments où les mesures de distanciation physique ne peuvent pas être respectées.
- Changer le masque porté quand il devient humide à cause de la respiration, de la sueur ou autre et toutes les 4 heures.
- Nettoyer le visage avant et après le port du masque. Avant, éviter l'utilisation des crèmes ou lotions pouvant bloquer les pores de la peau (p. ex. du fond de teint). Après, il est possible de mettre de la crème hydratante.
- Bien laver à l'eau chaude et au savon après chaque utilisation les masques réutilisables.
- Il est possible de refroidir le front et le cou, même en portant le masque.
- En milieu de travail intérieur, assurer une aération adéquate et mettre en marche l'air climatisé, s'il y a lieu (pas plus de 5 degrés en dessous de la température extérieure)



RAPPEL

Pour mettre le masque :

- > Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou avec du gel hydro-alcoolique
- > Prendre le masque par les élastiques pour le mettre sur mon visage.
- > Passer les élastiques autour de mes oreilles ou de ma tête.
- > Tenir le masque sur le haut du nez et je tire le bas du masque sous le menton (pour une protection optimale, le masque doit couvrir le nez, la bouche et le menton).
- > Ne pas toucher le masque une fois en place.

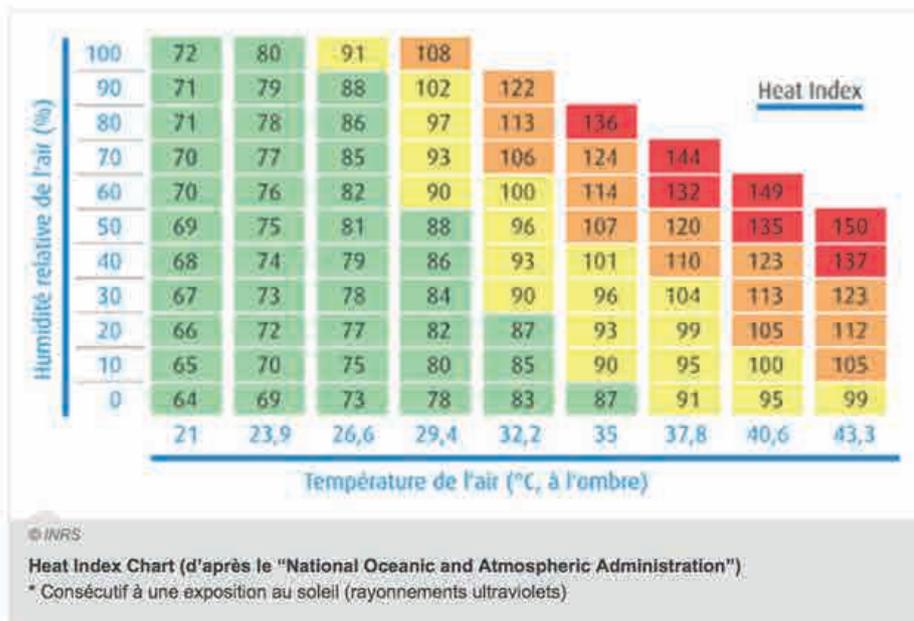
Pour enlever le masque :

- > Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou avec du gel hydro-alcoolique
- > Prendre le masque par les élastiques pour l'enlever.
- > Enlever le masque sans le toucher.
- > Évacuer le masque jetable/ou lavable :
 - Masque jetable : mettre le masque dans un sac plastique et le jeter dans une poubelle.
 - Masque lavable : mettre le masque dans un sac plastique, le mettre dans la machine (lavage à 60°). Mettre le sac plastique à la poubelle.
 - Enfin, se laver les mains après évacuation des masques.

Température au poste de travail

La température ambiante au niveau du poste de travail constitue le premier paramètre à prendre en compte. Les risques augmentent également avec l'humidité relative de l'air.

Le risque « climatique » peut être évalué simplement en mesurant la température ambiante (thermomètre) et l'humidité de l'air (hygromètre), en se référant au Heat Index Chart mis au point par le département américain de météorologie nationale.



Heat Index	Troubles physiologiques possibles en cas d'exposition prolongée à la chaleur et/ou avec une activité physique
80 à 90	Fatigue
90 à 104	Coup de soleil*, crampes musculaires et épuisement physique
105 à 129	Épuisement, coup de chaleur possible
130 et plus	Risque élevé de coup de chaleur / coup de soleil*

© INRS
Troubles physiologiques possibles en cas d'exposition prolongée à la chaleur et/ou avec une activité physique

Sources : INRS & Ministère du Travail

Pour informer et/ou sensibiliser vos équipes :

- Dépliant «Travail & Chaleur d'été» (INRS)
- Affiche «Fortes chaleurs et canicule - Que risque-t-on au travail ?» (Santé Publique France)