



BASES REGLEMENTAIRES : Code du Travail

Art. L4121-1 à L4121-5 : Obligation de l'employeur en matière de prévention,

Art. L4132-1 à L4132-4 : Droit d'alerte et de retrait,

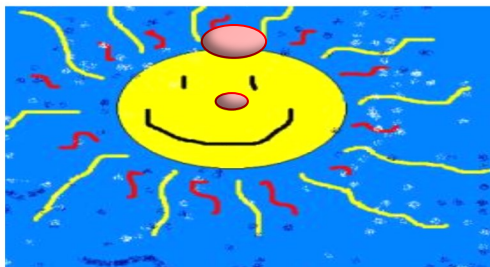
Art. R4225-1 : Sur les aménagements des postes en travail extérieur,

Art. R4225-2 à R4225-4 : Mise à disposition des travailleurs d'eau potable et fraîche pour la boisson,

Art. R4222-1 : Obligation d'éviter les élévations exagérées de température, les odeurs désagréables et les condensations.

Art. R4213-7 à R4213-9 : Température adaptée à l'organisme humain dans les locaux de travail et les locaux annexes.

Cesser immédiatement
toutes activités dès que
des symptômes de
malaise se font sentir



POUR PLUS D'INFORMATIONS

Centres médicaux

VILLEFRANCHE

14 , Av Raymond st Gilles
12200 VILLEFRANCHE
Tél 05 65 45 15 41
Fax 05 65 45 47 44

DECAZEVILLE

67, Bis av Paul Ramadier
12300 DECAZEVILLE
Té.: 05 65 43 24 10
Fax 05 65 43 02 50

CAPDENAC

43, Rue de la République
12700 CAPDENAC
Tél. 05 65 80 87 51
Fax 05 65 43 03 28

RODEZ

13, Rue de l'entreprise-
Par des moutiers
12000 RODEZ
Tél 05 65 42 63 24
Fax 05 65 78 04 08

ESPALION

1,Rue du palais-1er étage
12500 ESPALION
Tél 05 65 48 19 40
Fax 05 65 48 24 32

LA PRIMAUBE

Résidence Amandine BAT B
67, Avenue de Rodez
12450 LA PRIMAUBE
Tél 05 65 70 24 43
FAX 05 65 74 92 46

Sites INTERNET

www.inrs.fr

www.bossons-fute.com

www.carsat-mp.fr

Pour tout
renseignement,
contacter votre
Médecin du Travail

SERVICE de SANTE
du TRAVAIL

Au travail,
quand il fait chaud



SISTA
RODEZ—VILLEFRANCHE— DECAZEVILLE

Travailler dans un contexte de forte chaleur la canicule
 Travailler dans un contexte de forte chaleur la canicule

Une vague de chaleur estivale peut rendre le travail difficilement supportable et comporter de réels risques pour la santé.

En Période de canicule tous les salariés sont exposés. La pénibilité du travail sera liée aux conditions d'isolation à leur poste de travail. Les professions les plus exposées sont celles dont leur activité se fait directement à l'extérieur.

LES NIVEAUX DE RISQUES

Coups de soleil par exposition directe :

- Rougeur, brûlure, œdème, vésicule,
- Douleur,
- Maux de tête.

Crampes

- Spasmes douloureux (jambes et abdomen),

Epuisement lié au dépassement des capacités de régulation de l'individu

- Forte transpiration,
- Faiblesse,
- Froideur et pâleur de la peau,
- Pouls faible,

Coup de chaleur après une longue période en ambiance chaude

- Peau sèche et chaude,
- Pouls raide et fort,
- Augmentation de la température corporelle
- Perte de connaissance soudaine,
- Agitation et confusion,
- Risque de décès.



**ATTENTION AUX PREMIERS SIGNES
 D'UN COUP DE CHALEUR
 IL FAUT AGIR RAPIDEMENT ET
 EFFICACEMENT
 URGENCE VITALE !!!**

DONNER LES PREMIERS SECOURS

- ALERTER** les secours en composant le 15 et le 18
- TRANSPORTER** la personne à l'ombre ou dans un endroit frais
- ENLEVER** ses vêtements,
- ASPERGER** d'eau fraîche,
- VENTILER** le plus possible,
- DECLARER** l'accident du travail.

QUAND LE CORPS N'EN PEUT PLUS

CONSEIL DE PREVENTION

- Penser à consulter le bulletin météo,
- Surveiller la température ambiante,
- Boire au minimum 1 verre d'eau toutes les 15-20 minutes même si on n'a pas soif,
- Porter des vêtements légers qui permettent l'évaporation de la sueur abondante, en coton et de couleur claire si le travail est à l'extérieur,
- Protéger la tête,
- Adapter le rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur,
- Réduire ou différer les efforts physiques intenses et reporter des tâches ardues aux heures les plus fraîches de la journée,
- Alléger la charge de travail,
- Réclamer et utiliser systématiquement les aides mécaniques à la manutention,
- Eliminer toutes les sources additionnelles de chaleur,
- Utiliser un ventilateur (seulement si la température de l'air ne dépasse pas les 32°C. Au-delà c'est inutile car augmente la chaleur),
- Eviter toute boisson alcoolisée. Faire des repas légers.
- En cas de port d'un casque de chantier, positionner un linge humide à l'intérieur du casque.
- Consulter le tableau HEAT INDEX <http://France.meteofrance.com>

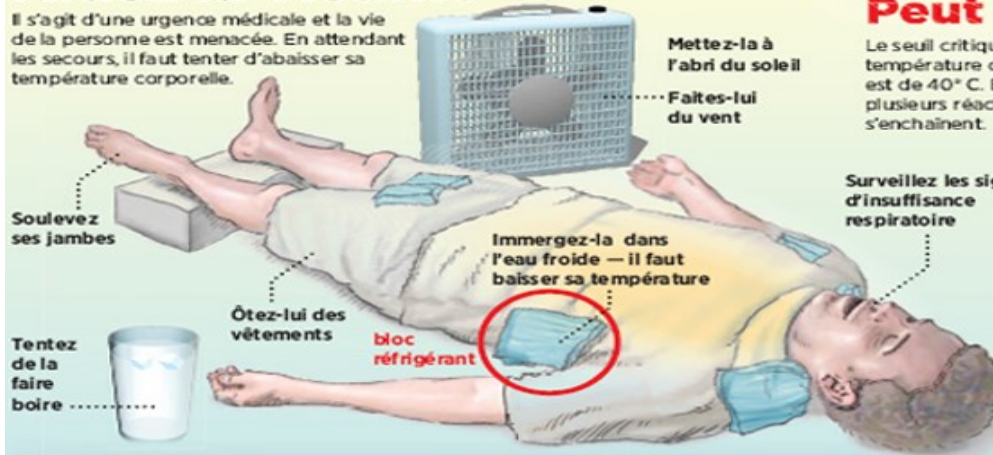


Le corps manque de liquide

- Se produit lorsque les pertes liquidiennes ne sont pas compensées.
- Lorsqu'il fait chaud, notre organisme transpire pour abaisser notre température corporelle.
- Si on ne boit pas assez, l'organisme conserve les liquides pour nos fonctions vitales, la sueur cesse, notre température monte en flèche et des cellules commencent à mourir.

Aidez la victime

Il s'agit d'une urgence médicale et la vie de la personne est menacée. En attendant les secours, il faut tenter d'abaisser sa température corporelle.



Le contraire de l'hypothermie

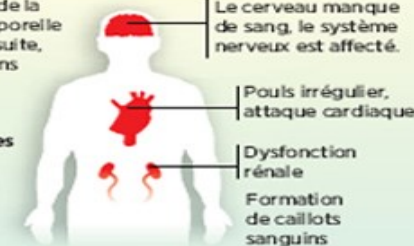
Les mécanismes chargés de réguler la température de notre corps se dérèglent, dans ce cas à la hausse.

DEUX TYPES DE COUP DE CHALEUR

- | | |
|------------------------------|-----------------------|
| LE CLASSIQUE | LIÉ À L'EFFORT |
| ■ enfants et personnes âgées | ■ sportifs |
| ■ personnes affaiblies | ■ travailleurs |

Peut être mortel

Le seuil critique de la température corporelle est de 40° C. Ensuite, plusieurs réactions s'enchaînent.



Si la victime frissonne, ralentissez les manœuvres. Prenez sa température aux 10 minutes. Elle ne doit pas descendre sous 38° C.