

## CHALEUR et TRAVAIL : quand le thermomètre grimpe, on redouble de VIGILANCE

L'organisme est soumis à rude épreuve lors des chaleurs estivales. Mais au delà de la santé, la chaleur impacte également le travail. Baisse de la vigilance, ralentissement du temps de réaction... elle peut favoriser la survenue d'accidents du travail.

Aujourd'hui, la chaleur au travail représente un risque à part entière et des mesures doivent être prises pour limiter les accidents et préserver la santé et la sécurité de tous.

### # Au travail, la chaleur peut vite devenir nuisible

Qu'ils soient physiques ou cognitifs, le travail demande au corps des efforts constants, d'où l'importance d'avoir une ambiance thermique adaptée. Au delà de 30°C pour une activité de bureau et de 28°C pour un travail physique, la chaleur peut constituer un risque.

Hypovigilance, lenteur d'exécution, vertiges, nausées, vomissements, déshydratation... tous ces troubles sont favorisés par une température ambiante trop élevée. Et les conséquences sont non négligeables pour la santé des travailleurs mais aussi pour leur sécurité puisqu'elles augmentent le risque d'accident du travail.

Le scénario le plus grave étant le coup de chaleur. Ce phénomène est assez rare mais il n'est pas à prendre à la légère puisqu'il engage le pronostic vital (mortel dans 15 à 20% des cas).

### # Un risque qui doit être évalué

Dans certains secteurs d'activité, il peut y avoir des facteurs aggravants qui augmentent les effets de la chaleur : efforts physiques, travail en extérieur, travail dans une atmosphère humide, poste à proximité d'une source de chaleur, port d'équipements de protection...

Il est nécessaire pour les entreprises de prendre en compte les risques liés aux ambiances thermiques et de les retranscrire dans le Document Unique d'évaluation des risques.

Cette évaluation permet ensuite de définir les mesures de prévention matérielles et organisationnelles à mettre en place pour assurer la santé et la sécurité des collaborateurs.

### # Savoir s'adapter aux conditions météorologiques

Les services de prévention et de santé au travail sont là pour conseiller les entreprises dans le choix des mesures pour éviter ou au moins à limiter l'exposition à la chaleur des salariés.

Certaines mesures reposent sur des bonnes pratiques à mettre en place et qui permettent réellement de prévenir les accidents graves :

- **Côté employeur** : veiller à la ventilation des locaux, éteindre les appareils inutilisés source de chaleur (imprimante, ordinateur, lampes...), limiter les efforts physiques des équipes et les activités en extérieurs (ou les programmer tôt le matin), augmenter le nombre de pauses, prévoir des moyens de rafraîchissement (ventilateur, climatiseur), mettre de l'eau fraîche à disposition...
- **Côté salarié** : boire régulièrement, porter des vêtements légers et amples, protéger la tête en extérieur (casquette...), limiter autant que possible la manutention, surveiller l'hygiène de vie (attention au tabac et à l'alcool), être attentif aux autres, signaler tout dysfonctionnement pouvant générer un risque (panne de climatiseur, du distributeur d'eau)...