

En cet épisode de canicule sur le territoire, le service prévention vous rappelle les mesures de protection des agents à prendre en cas de canicule et de fortes chaleurs. Les dispositions de l'instruction interministérielle du 22 mai 2018 relative au Plan National Canicule 2017 reste en application pour la saison estivale 2019. La période de veille saisonnière s'étend du 1^{er} juin au 15 septembre 2019.

Fortes chaleurs et canicule

Il n'existe pas de définition réglementaire du travail à la chaleur. Le Code du travail ne donne aucune température maximale au-delà de laquelle il est interdit de travailler ni au-delà de laquelle des mesures spécifiques doivent être mises en place.

Comprendre les risques

En cas de forte chaleur, le corps peut perdre beaucoup d'eau pour se maintenir à la bonne température via la transpiration. Ce mécanisme peut entraîner une **déshydratation**.

Si le corps transpire peu, il peut monter en température et entraîner un **coup de chaleur**.

Fatigue, peau chaude et sèche, maux de tête, vertige, crampes musculaires, épuisement sont des symptômes précurseurs de ces troubles importants pouvant entraîner le décès.



Facteurs liés au travail

- Travail dans des bureaux et espaces
- Installés dans des bâtiments à forte inertie thermique température ambiante élevée ;
- Peu de circulation d'air ou circulation d'air très chaud
- Travail physique exigeant (manutentions lourdes et/ou très rapides)
- Pausages de récupération insuffisantes
- Port de vêtements de travail empêchant l'évaporation de la sueur
- Chaleur dégagée par les machines, les produits et les procédés de travail
- Utilisation de produits chimiques

Comprendre et prévenir les risques en cas de fortes chaleurs et de canicule

Facteurs liés à l'individu

- Pathologies préexistantes (pathologies cardio-respiratoires, troubles métaboliques, pathologies neuropsychiatriques, etc.) Et/ou prise de médicaments
- Acclimatation à la chaleur insuffisante
- Méconnaissance du danger lié au coup de chaleur
- Mauvaise condition physique
- Insuffisance de consommation d'eau
- Manque de sommeil
- Consommation excessive d'une alimentation trop riche, d'alcool, de tabac ou drogues illicites
- Port de vêtements trop serrés et trop chauds.

Mesures de prévention

Un rythme adapté et des efforts mesurés

- Décaler les heures de travail aux heures les moins chaudes de la journée
- Favoriser la rotation des tâches avec des postes moins exposés, augmenter la fréquence des pauses
- Limiter le travail physique
- Aménager des aires de repos climatisées ou des zones d'ombre
- Installer des sources d'eau fraîche et potable à proximité des postes de travail

Prendre des bonnes habitudes d'hygiène de vie

- Boire environ 1,5L d'eau par jour
- Utiliser un vaporisateur pour rafraîchir la peau
- Rester au frais ou à l'ombre autant que possible
- Ne pas consommer d'alcool
- Éviter les repas trop gras et trop copieux

Que faire en cas de malaise ?

- Cesser immédiatement toute activité dès que des symptômes de malaises apparaissent
- En cas de troubles en fin de journée, éviter la conduite.
- Pour les personnes nécessitant une surveillance particulière (prise de médicament, maladie chronique, régime alimentaire, grossesse...) demander conseil au médecin de prévention.