

Vos questions / nos réponses

Travail en période de forte chaleur Quelles actions de prévention des risques mettre en œuvre ?

La réponse de **Philippe Hache**, département Études et assistance médicales, INRS et **Stéphane Darbéda**, interne en médecine du travail.



S. Boulet

Quelles sont les principales actions de prévention des risques liés aux fortes chaleurs estivales ?

Le travail en période de chaleur peut être à l'origine d'accidents du travail parfois mortels, comme l'ont illustré les périodes de canicule de 2003 et 2006 [1, 2]. L'être humain est doté de mécanismes lui permettant de mieux tolérer une exposition répétée ou prolongée à la chaleur [3]. Toutefois, cet acclimatement est limité, il ne s'obtient qu'en 8 à 12 jours et disparaît totalement 8 jours après l'arrêt de l'exposition. Lorsque les capacités d'adaptation de l'organisme sont dépassées, les pathologies suivantes peuvent survenir, par ordre croissant de gravité : crampes de chaleur, épuisement dû à la chaleur, insolation, coup de chaleur [3, 4]. Aussi, conformément à l'article L. 4121-1 du Code du travail, l'employeur doit prendre en compte les conditions de température lors de l'évaluation des risques et mettre en place des mesures de prévention appropriées.

La **conception des locaux de travail** doit permettre « l'adaptation de la température à l'organisme humain pendant le temps de travail » (article R. 4213-7). Dans ce cadre, le médecin du travail est le conseiller de l'employeur, des travailleurs et de leurs représentants, conformément à l'article R. 4623-1. Un système de ventilation ou de climatisation peut être mis en place. En cas d'utilisation d'un système de ventilation, celui-ci doit être arrêté si la température ambiante dépasse une certaine valeur (de 32 à 35 °C). En effet au-delà, la ventilation peut s'accompagner d'une augmentation de la température ambiante. Des dispositions spécifiques existent pour les travailleurs dont l'activité se situe à l'extérieur. En effet, conformément à l'article R. 4225-1, l'aménagement des postes de travail extérieurs doit permettre de protéger les salariés contre les conditions atmosphériques.

Dans le cas des chantiers du secteur du bâtiment et des travaux publics, l'article R. 4534-142-1 dispose que les travailleurs bénéficient de locaux ou d'aménagement permettant de préserver leur santé et leur sécurité en cas de conditions climatiques susceptibles d'y porter atteinte. Ce peut être, par exemple, un abri de chantier installé à l'ombre et disposant d'eau fraîche et d'une ventilation (voire climatisation) suffisante.

Les actions de prévention portent également sur **l'organisation du travail**. Il est notamment conseillé d'aménager les horaires afin de limiter les temps d'exposition à la chaleur, d'augmenter la fréquence des pauses et/ou d'effectuer une rotation des tâches lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.

La **mise en place d'aides mécaniques ou l'automatisation des tâches** permet de diminuer la charge physique des postes les plus sollicitants. Ceux-ci sont à repérer lors des études de poste.

Pour **prévenir la déshydratation**, l'employeur met à disposition des salariés de l'eau potable et fraîche pour la boisson (article R. 4225-2). Dans le secteur du bâtiment et des travaux publics, chaque travailleur bénéficie d'au moins 3 litres d'eau par jour (article R. 4534-143).

Des actions d'information sur les risques liés à la chaleur sont à mener auprès des travailleurs. Celles-ci peuvent, entre autres, se traduire par l'élaboration d'un document à afficher sur les lieux de travail (entreprise, chantier...).

Des conseils sont à diffuser sur :

- **l'habillement** : porter des vêtements légers et de couleur claire qui absorbent l'humidité. Se couvrir la tête en cas de travail en extérieur ;
- **l'hydratation** : boire de l'eau régulièrement, même

en l'absence de soif. Éviter les boissons alcoolisées ;

- **l'alimentation** : faire des repas légers et fractionnés ;
- **la compensation des pertes d'électrolytes lorsque celles-ci peuvent être importantes** : boire des jus de fruit ou de légume ainsi que des eaux riches en sel. Manger du pain, des soupes froides, des fruits secs...

Les signes d'alerte sont à connaître des salariés : crampes musculaires, fatigue, somnolence, maux de tête, nausées, troubles de l'équilibre, propos incohérents, malaise, perte de connaissance... Face à cette situation, la conduite à tenir respecte le protocole instauré par l'employeur dans le cadre de l'organisation des secours, après avis du médecin du travail (alerte des services de secours spécialisés et du sauveteur secouriste du travail...). Si ce n'est déjà prévu, il convient d'ajouter aux premiers gestes de secours :

- amener la victime dans un endroit frais et bien aéré lorsqu'elle peut être déplacée. À défaut, si cela est possible, mettre en place un écran afin que la victime soit à l'ombre ;
- la déshabiller ou desserrer ses vêtements ;
- si la victime est consciente : lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités ;
- si la victime a perdu connaissance : rester auprès d'elle en attendant les secours. Le sauveteur secouriste du travail la place en position latérale de sécurité ;
- se conformer aux prescriptions téléphoniques du SAMU (ou d'un autre médecin) lors de l'alerte. Celles-ci peuvent notamment comporter l'application régulière d'eau froide sur le corps.

Une attention est à porter sur les salariés particulièrement sensibles à la chaleur [3]. Les facteurs de risque sont, de manière non exhaustive :

- l'occupation récente d'un poste de travail et la méconnaissance de ses contraintes (intérimaire, travailleur saisonnier...);
- un âge supérieur à 55 - 60 ans ;
- une grossesse en cours ;
- une obésité ou une dénutrition ;
- certains antécédents médicaux : pathologie cardiovasculaire et/ou respiratoire, diabète, insuffisance rénale...
- une consommation excessive de café ou de thé ;
- une consommation d'alcool ou de drogues (amphétamines, cocaïne...);
- une prise de certains médicaments [5] : diurétiques, anti-hypertenseurs, anti-inflammatoires non stéroïdiens, biguanides, sulfamides hypoglycémifiants, neuroleptiques, hypocholestérolémiants (statines et fibrates)...
- un régime sans sel.

NDLR : le Haut Comité de Santé publique (HCSP) a publié, le 15 mai 2014, les recommandations sanitaires du Plan national canicule 2014 (www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=418).

Outre la prise de conseils auprès de leur médecin traitant, ces travailleurs peuvent bénéficier d'une visite à la demande (article R. 4624-17) auprès du médecin du travail. Le cas échéant, un aménagement du poste de travail sera proposé.

Enfin, **un plan national canicule est mis en place chaque année par le gouvernement [4]** [NDLR]. En 2013, ce plan a été accompagné d'une circulaire émanant du ministère chargé du Travail [6]. Celle-ci prévoit l'organisation d'une permanence au sein des services de santé au travail lors de l'activation des niveaux 2 à 4 du plan national canicule, afin de répondre rapidement aux demandes des employeurs, des travailleurs et de leurs représentants.

BIBLIOGRAPHIE

- 1 | **BUISSON C** - Impact sanitaire de la vague de chaleur de l'été 2006 en milieu de travail. Résultats d'une étude par questionnaire mise en place en médecine du travail. Saint-Maurice : InVS ; 2009 : 20 p.
- 2 | **LEDRAINS M** - Impact sanitaire de la vague de chaleur de l'été 2003 : synthèse des études disponibles en août 2005. *Bull Épidémiol Hebd.* 2006 ; 19-20 : 130-37
- 3 | **GANEM Y, MEYER JP, LUZEAUX N, BRASSEUR G ET AL.** - Ambiances thermiques : travail en période de fortes chaleurs. Dossier médico-technique TC 97. *Doc Méd Trav.* 2004 ; 97 : 51-68.
- 4 | Instruction interministérielle n° DGS/ DUS/DGOS/DGCS/DGSCGC/ DGT/2013/152 du 10 avril 2013 relative au Plan National Canicule 2013. Ministère des Affaires sociales et de la Santé, 2013 (www.travaillermieux.gouv.fr/IMG/pdf/cir_36795_2013.pdf).
- 5 | Mise au point sur le bon usage des médicaments en cas de vague de chaleur. ANSM, 2012 (http://ansm.sante.fr/var/ansm_site/storage/original/application/9abf7c28efe549641cf308640a90c13e.pdf).
- 6 | Circulaire DGT n°9 du 4 Juillet 2013 relative à la mise en œuvre du plan national canicule. Ministère du travail, de l'emploi, de la formation professionnelle et du dialogue social, 2013 (http://circulaires.legifrance.gouv.fr/pdf/2013/07/cir_37208.pdf).

POUR EN SAVOIR +

- Chaleur. Travailler dans des ambiances chaudes. INRS, 2011 (www.inrs.fr/accueil/risques/phenomene-physique/chaleur.html).
- Travail et chaleur d'été. Édition INRS ED 931. Paris : INRS ; 2004 : 8 p.