



vous accompagner

## Prévention des risques liés aux fortes chaleurs, la MSA Loire-Atlantique - Vendée vous conseille

**Tout travail effectué par fortes chaleurs doit faire l'objet de mesures de prévention.**

**Les risques de déshydratation, de coup de chaleur, voire d'accidents de travail augmentent. Règles de bon sens et réorganisation des tâches permettent de réduire le danger.**

Cette brochure technique a pour objet de **faciliter l'évaluation des risques des travaux agricoles par fortes chaleurs** et de **donner les mesures de prévention et de premiers secours à mettre en œuvre dans les entreprises.**

Le corps humain s'adapte de plusieurs façons à la chaleur : transpiration plus intense, dilatation des vaisseaux sanguins.

Cependant, si le corps humain ne réussit pas à maintenir sa température autour de 37°C, des troubles peuvent survenir, notamment le coup de chaleur pouvant aller jusqu'au décès.

Le coup de chaleur peut se produire quand on effectue un travail physique en ambiance chaude. Il survient lorsque le corps ne réussit pas à se refroidir suffisamment : sa température normalement de 37°C augmente et peut atteindre 40°C.

### Les signes d'alerte et principaux symptômes

Si, au cours de travaux exécutés lors de fortes chaleurs, un travailleur présente l'un des symptômes suivants :

- ✓ Grande faiblesse, grande fatigue
- ✓ Étourdissements, vertiges, troubles de la conscience
- ✓ Nausées, vomissements
- ✓ Crampes musculaires
- ✓ Soif et maux de tête

Si on est en présence d'une personne qui :

- ✓ tient des propos incohérents
- ✓ perd l'équilibre
- ✓ perd connaissance
- ✓ présente des convulsions

**Il peut s'agir d'un début de coup de chaleur : c'est une urgence !**





## Évaluation des risques

L'employeur doit évaluer les risques professionnels liés aux fortes chaleurs d'été et prendre les mesures de prévention correspondantes, techniques ou d'organisation du travail ainsi que d'information et de formation des salariés.

### ✚ Types de travaux particulièrement exposés

- ✓ Travail dans des bureaux ou des espaces installés dans des bâtiments ou des hangars mal isolés thermiquement : à proximité de parois vitrées, de tôles, de surfaces bétonnées ou goudronnées...
- ✓ Travaux à proximité de chaleur dégagée par les machines, les produits et les procédés de travail (agroalimentaire...)
- ✓ Travaux réalisés en plein soleil : travail en plein champ, récolte de fruits ou légumes...
- ✓ Travaux réalisés sous serre
- ✓ Conduite d'un véhicule non climatisé (livraisons, travaux de récolte mécanisée...)

### ✚ Facteurs d'aggravation des risques liés aux fortes chaleurs

#### ▸ Conditions de travail pénibles

- ✓ Un travail physique exigeant (manutentions lourdes et/ou très rapides...)
- ✓ Des pauses de récupération insuffisantes
- ✓ Le port de vêtements de travail empêchant l'évaporation de la sueur, trop serrés, trop chauds...

#### ▸ Facteurs environnementaux

- ✓ Ensoleillement intense
- ✓ Température ambiante élevée
- ✓ Humidité élevée
- ✓ Peu de circulation d'air ou circulation d'air très chaud

#### ▸ Facteurs personnels

Il s'agit de facteurs liés à une mauvaise condition physique, à une hygiène de vie insuffisante ou à une mauvaise connaissance des risques liés à la grande chaleur :

- ✓ Pathologies préexistantes (pathologies cardio-respiratoires, troubles métaboliques...)
- ✓ Prise de médicaments
- ✓ Mauvaise condition physique
- ✓ Consommation excessive d'alcool, de tabac, ou d'une alimentation trop riche
- ✓ Insuffisance de consommation d'eau

## Mesures de prévention au sein de l'entreprise

La prévention des risques professionnels liés aux grandes chaleurs conjugue des mesures techniques, une organisation du travail adaptée, ainsi que l'information et la formation des salariés, en fonction de l'activité de l'entreprise et des postes de travail.

### ✚ Mesures techniques

#### ▸ Dans les locaux de travail

- ✓ Isoler thermiquement les bâtiments ou locaux existants (stores, volets, isolation des parois, films antisolaires sur les parois vitrées...)
- ✓ Equipements de travail : installer dans un local réservé et ventilé les appareils dégagant de la chaleur, calorifuger des parois ou des canalisations chaudes, capter des émissions de chaleur ou de vapeur chaude...
- ✓ Mettre à la disposition des personnels des moyens utiles de protection (ventilateurs d'appoint...)
- ✓ Installer sur les lieux de travail des aires climatisées ou plus fraîches
- ✓ Mettre à disposition de l'eau potable, en quantité suffisante, tempérée (10 ou 15°C)



## ► Pour les travaux réalisés à l'extérieur

- ✓ Privilégier l'emploi de véhicules ou d'auto-moteurs climatisés
- ✓ Prévoir ou aménager des zones d'ombre ou des abris
- ✓ Approvisionner les chantiers agricoles et les véhicules, en eau potable, tempérée (10 ou 15°C). L'eau doit être en quantité suffisante, pour permettre aux travailleurs de boire (à raison de 3 ou 4 litres d'eau par jour, suivant le travail), pour assurer leur hygiène ou les premiers secours
- ✓ Veiller au port de vêtements appropriés (couvre-chef protégeant la nuque, vêtements amples, légers, aérés, de couleur claire, au besoin, des lunettes filtrant le soleil, ainsi que des crèmes solaires...)

## ► Au sein de locaux de travail ou à l'extérieur

- ✓ Surveiller la température ambiante
- ✓ Réduire les postes de travail nécessitant une action physique soutenue et prolongée à proximité ou au contact de tôles, de surfaces bétonnées ou goudronnées, en plein soleil...
- ✓ Prévoir une aide mécanique pour les travaux pénibles, tels que la manutention...
- ✓ S'assurer que le port des protections individuelles est compatible avec les fortes chaleurs (exemple des traitements phytosanitaires, travail en forêt, élagage...)

## ■ Mesures d'organisation du travail

**La mise en place d'une organisation du travail appropriée reste indispensable lors des fortes chaleurs et vient en complément des mesures techniques.**

- ✓ Organiser les chantiers agricoles en tenant compte des moments de la journée où le lieu de travail est à l'ombre (versants...)
- ✓ Adapter les horaires de travail dans la mesure du possible : début d'activité plus matinal, suppression des équipes d'après-midi
- ✓ Mettre en place une organisation du travail permettant au salarié d'adapter son rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur
- ✓ Réduire autant que possible les postes de travail isolés
- ✓ Réduire ou reporter aux heures les plus fraîches de la journée les travaux entraînant des efforts physiques intenses (manutention...) ou impliquant le port d'équipements de protection individuelle chauds ou lourds
- ✓ Réduire les cadences si nécessaire, par des pauses (pauses supplémentaires et/ou plus longues)
- ✓ Effectuer une rotation des tâches avec des postes moins exposés

## ■ Formation et information des travailleurs

**L'employeur, en liaison avec le médecin du travail :**

- ✓ informe tous les travailleurs des risques liés à la chaleur, des moyens de prévention, et des mesures de premiers secours,
- ✓ informe les institutions représentatives du personnel et les travailleurs concernés des recommandations à mettre en œuvre en cas d'exposition aux fortes chaleurs





L'information et la formation des salariés à la prévention des risques liés à la forte chaleur comprend notamment des conseils suivants.

## ▶ Éviter de se surmener

- ✓ Surveiller la température ambiante
- ✓ Demander à adapter son rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur (travailler plus vite pour finir plus tôt peut être dangereux !...)
- ✓ Demander à travailler plus tôt pour éviter d'être exposé aux fortes chaleurs de la journée
- ✓ Réclamer et utiliser systématiquement les aides mécaniques à la manutention (diabes, chariots, appareils de levage...) ou pour les travaux pénibles.

## ▶ Se protéger de façon adaptée

- ✓ Porter des vêtements légers et clairs qui permettent l'évaporation de la sueur
- ✓ Se protéger la tête du soleil, ne pas travailler torse nu, protéger sa peau par des crèmes solaires (type écran total) dont l'application doit être renouvelée plusieurs fois par jour. Certains médicaments peuvent provoquer des réactions de la peau au soleil (brûlures, allergies...) : consulter la notice du médicament

## ▶ Avoir une hygiène de vie adaptée

- ✓ Boire, au minimum, l'équivalent d'un verre d'eau toutes les 15-20 minutes, même si on n'a pas soif (environ 2 à 4 litres d'eau par jour selon le type d'activité effectuée en intérieur ou en extérieur)
- ✓ Éviter toute consommation de boisson alcoolisée (y compris la bière et le vin..)
- ✓ Réduire les doses de caféine
- ✓ Faire des repas légers et fractionnés

## ▶ Être prudent pour soi et ses collègues

- ✓ Redoubler de prudence si on a des antécédents médicaux et si l'on prend des médicaments (diurétiques, sédatifs, tranquillisants...)
- ✓ 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
- ✓ Lorsqu'un collègue présente des signes du coup de chaleur, le signaler rapidement à l'employeur ou à l'encadrement, et prendre les premières mesures de secours

**Le droit de retrait du salarié est réservé à une situation de danger grave et imminent.**

## ■ Premiers secours

**Fatigue, vertiges, maux de tête, confusion, il s'agit d'une urgence vitale, vous devez impérativement :**

- ✓ **Appliquer la procédure de l'entreprise** si elle existe
- ✓ **Alerter** le sauveteur secouriste du travail et les premiers secours en composant le **18, le 15 ou le 112**
- ✓ **Protéger** la personne en la transportant à l'ombre ou dans un endroit frais, lui enlever ses vêtements, ou les desserrer
- ✓ **Faire le plus de ventilation possible**
- ✓ **Arroser rapidement la personne d'eau fraîche**, ou placer des linges humides, régulièrement renouvelés, sur la plus grande partie de son corps (y compris la tête et la nuque), pour faire baisser sa température
- ✓ **Donner de l'eau fraîche à boire en petites quantités**, si la personne est consciente

Plus d'informations sur :  
[loire-atlantique-vendee.msa.fr](http://loire-atlantique-vendee.msa.fr)  
[ssa.fr](http://ssa.fr)

