

La prévention des coups de chaleur

Bien que cette fiche ait été élaborée à partir de sources reconnues comme fiables et crédibles, l'ASP imprimerie, ses administrateurs et son personnel n'assument aucune responsabilité des conséquences de toute décision prise conformément à l'information contenue dans le présent document, ou de toute erreur ou omission. Aucune reproduction intégrale ou partielle de cette publication n'est autorisée sans le consentement écrit de l'ASP imprimerie.

Production

Association paritaire de santé et de sécurité du travail,
secteur imprimerie et activités connexes
7450, boul. des Galeries-d'Anjou, bureau 450
Anjou (Québec) H1M 3M3
Téléphone : 514 355-8282
Télécopieur : 514 355-6818

Tiré à part-2012
Référence : Graphiprévention Vol. 27 No 2 - p3

www.aspimprimerie.qc.ca

UN SUJET CHAUD!

Le **coup de chaleur** survient à la suite d'une exposition prolongée à une chaleur intense. Il survient brusquement lorsque le corps ne réussit plus à se refroidir suffisamment. La température corporelle, qui est normalement de 37°C, peut alors dépasser les 40°C. S'il n'est pas reconnu à temps, le coup de chaleur peut même être fatal.

Les symptômes les plus courants : faiblesse, agressivité ou comportement étrange, incohérence dans les propos, peau rouge, chaude et sèche, mal de tête, étourdissements, vomissements, évanouissement et convulsions.

Dès l'apparition d'un des symptômes, il y a urgence médicale. En attendant les secouristes et les services ambulanciers, il faut amener la victime dans un endroit frais, lui retirer ses vêtements, l'asperger d'eau fraîche et lui faire boire de petites quantités d'eau fraîche si elle est toujours consciente.

Voici des exemples de mesures pouvant soulager les travailleurs lors d'une période de chaleur intense.

Mesures techniques	Mesures administratives
<ul style="list-style-type: none"> • Limiter la chaleur émise par les équipements en utilisant seulement ceux qui sont essentiels. • Climatiser si possible les lieux de travail en réglant les diffuseurs pour éviter d'envoyer les jets d'air directement sur les travailleurs. • Installer des stores sur les fenêtres exposées au soleil. • Installer des ventilateurs à des endroits stratégiques (Attention : dépassé une température de 35°C, les ventilateurs ne sont plus efficaces pour refroidir le corps humain). • Installer une salle de repos climatisée. • Évacuer la vapeur ou l'air chaud provenant d'opérations spécifiques. • Utiliser des moyens mécaniques (palans, tables élévatoires, etc.) pour limiter les efforts physiques des travailleurs. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se doter d'un plan d'action préventif pour les journées chaudes qui comprend les mesures pour contrer la chaleur (il faut y penser avant que la chaleur s'installe). • Former les travailleurs sur les signes annonçant un coup de chaleur et instaurer un système de surveillance collective (un travailleur qui subit un coup de chaleur va rarement reconnaître lui-même les symptômes). • Identifier les travailleurs les plus à risque (ex. femme enceinte, travailleur qui prend des médicaments). • Informer tous les travailleurs et tous les superviseurs des risques, des moyens de prévention, des symptômes d'un coup de chaleur avant le début des journées chaudes. • Augmenter la fréquence et la durée des pauses. • Planifier les travaux exigeant de plus grands efforts aux moments les plus frais de la journée. • Mettre à la disposition des travailleurs de l'eau potable fraîche (10-15°C), leur rappeler d'en boire 250 ml (une tasse) à toutes les 20 minutes et s'assurer qu'ils le font. • Avoir un plan d'urgence incluant, le cas échéant, l'application des mesures de premiers secours à un travailleur qui a été incommodé par la chaleur.

Autres informations utiles...

- Pour évaluer le risque en fonction de la température de l'air, de l'humidité, de l'ensoleillement et des vêtements que portent les travailleurs, utilisez l'outil de calcul proposé par l'IRSST intitulé : *Utilitaires pour les contraintes thermiques* en milieu de travail. Disponible à partir de www.irsst.qc.ca.
- Pour en savoir plus sur les coups de chaleur, consultez le Guide de prévention des coups de chaleur, 2^e édition de la CSST et visitez la section du site Web de la CSST consacrée au coup de chaleur sous www.csst.qc.ca.