

## Canicule et fortes chaleurs : quelles obligations pour l'employeur ?

### Employeurs : comment protéger la santé de vos salariés en période de forte chaleur

Tout employeur doit être conscient des risques qu'une chaleur extrême peut avoir sur ses employés : un risque d'épuisement et/ou déshydratation et un risque de coup de chaleur.

### Informer et veiller les uns sur les autres

- Informer tous les salariés des risques, des moyens de préventions ainsi que des signes et symptômes du coup de chaleur
- Inciter les travailleurs à veiller les uns sur les autres pour réagir rapidement en cas d'épuisement ou de déshydratation
- Surveiller la température des locaux
- Vérifier que les adaptations techniques (stores, aération...) permettant de limiter les effets de la chaleur ont été mises en place et sont fonctionnelles
- Dans les locaux fermés où le personnel est amené à séjourner, l'air doit être renouvelé de façon à éviter les élévations de température, les odeurs désagréables et les condensations
- Mettre à disposition des moyens utiles de protection et/ou de rafraîchissement : ventilateurs, brumisateurs, humidificateurs, store/volet...
- S'adapter à la forte chaleur et boire de l'eau
- Adapter les horaires de travail dans la mesure du possible en fonction des heures les plus chaudes
- Organiser des pauses supplémentaires ou plus longues aux heures les plus chaudes
- Mettre à disposition gratuitement de l'eau fraîche et potable

### Salariés : comment vous protéger contre la chaleur !

#### Se protéger

- Porter des vêtements légers (en coton de préférence) laissant la sueur s'évaporer et de couleur clair si vous travaillez en extérieur
- Éviter tout contact avec des surfaces métalliques exposées directement au soleil
- Protéger sa tête et ses yeux contre le soleil
- Éteindre le matériel électrique en veille de façon à éliminer toute source de chaleur supplémentaire
- Soyez prudent en cas de prise de médicaments ou d'antécédents médicaux

#### Se rafraîchir

- Utiliser un ventilateur et un brumisateur

### Boire et manger

- Boire au minimum un verre d'eau toutes les 15-20 minutes, même lorsqu'on n'a pas soif
- Éviter toute boisson alcoolisée ou riche en caféine qui pourrait aggraver une déshydratation
- Faire des repas adaptés aux situations de travail. En effet c'est l'association eau + aliments salés et sucrés qui assure une bonne hydratation

### Limiter les efforts physiques

- Adapter son rythme de travail selon sa tolérance à la chaleur et organiser son travail sans négliger les règles de sécurité
- Réduire ou différer les efforts physiques intenses et reporter les tâches ardues aux heures les plus fraîches de la journée
- Cesser immédiatement toute activité dès qu'apparaissent des signes de malaise
- Faire cesser toute activité à un collègue présentant des signes d'alerte

### Pour les employeurs et les salariés : signaux d'alerte

#### Comment reconnaître des signes d'alerte liés à la chaleur

Le coup de chaleur correspond à une élévation de la température du corps au-delà de 40,6 degrés. C'est une urgence vitale et mortelle dans 15 à 25 % des cas.

- Maux de tête
- Sensation de fatigue inhabituelle
- Importante faiblesse
- Vertiges, étourdissements
- Malaise, pertes d'équilibre
- Désorientation, propos incohérents
- Somnolence
- Perte de connaissance

#### Comment gérer la situation : il faut agir RAPIDEMENT et EFFICACEMENT

- Alerter les secours en composant le 15
- Faire cesser toute activité à la personne
- Rafraîchir la personne : la transporter à l'ombre ou dans un endroit frais lui asperger le corps d'eau fraîche faire le plus de ventilation possible
- Lui donner de l'eau
- Alerter l'employeur

Source : Site internet du ministère du travail – « [Canicule et fortes chaleurs, protégez-vous !](#) »