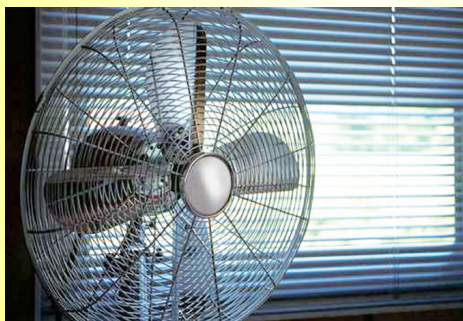


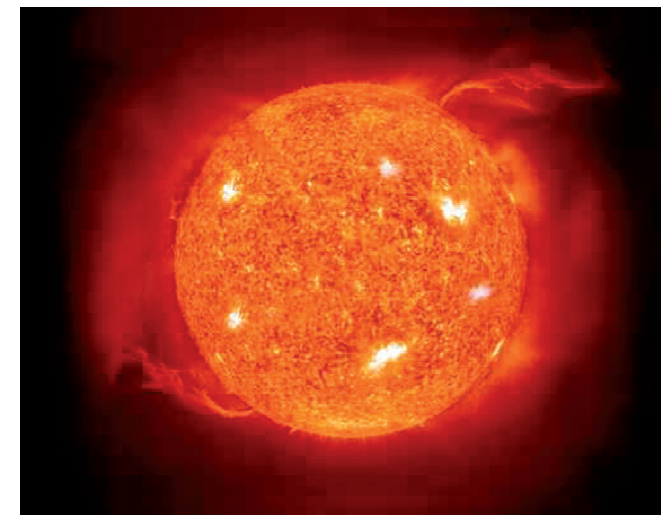
## PARTICULARITÉS SUR LES LOCAUX DE TRAVAIL

- ❑ Surveiller la température des locaux,
- ❑ Renouveler l'air,
- ❑ Rafraîchir avec un ventilateur (seulement si la température est inférieure à 32° c),
- ❑ Supprimer toute source non utile de chaleur (appareils électriques...),
- ❑ Redoubler de vigilance à partir de 34°c dans les locaux,



**Asstra:**  
Association des Services de Santé au Travail de la Région Aquitaine

**Pour en SAVOIR PLUS, contactez:  
votre Service de Santé au travail**



## TRAVAIL PAR FORTES CHALEURS

**A.S.S.T.R.A**

Association des Services de Santé au Travail de  
la Région Aquitaine

# TEMPÉRATURE À L'OMBRE DÉPASSANT LES 30° DANS LA JOURNÉE

## I. LES CONSEILS DE PRÉVENTION :

- + **Aménager les horaires de travail**: commencer plus tôt le matin, augmenter le nombre de pauses,
- + **Alléger**, si possible, la charge de travail,
- + **Prévoir des endroits plus frais** pour les pauses,
- + **Boire beaucoup d'eau** très régulièrement ( 1 verre tous les 1/4 d'heure),
- + **Porter des vêtements amples** et légers (pas de travail torse nu à l'extérieur),
- + **Se protéger la tête**, la nuque et les yeux à l'extérieur,
- + **Surveiller** les collègues (éviter le travail isolé),
- + Être plus vigilant en cas de prise de **médicament**, d'**antécédents médicaux** ou de **grossesse**,
- + **Prudence** accrue en cas d'utilisation de **produits chimiques**.

**Prévenir les risques à la chaleur c'est agir sur l'organisation du travail**

**Adoptons les bons réflexes!**

## II. LES RISQUES LIÉS À LA CHALEUR

### 4 NIVEAUX :

1

**ROUGEURS, MAUX DE TÊTE**

2

**TRANSPIRATION IMPORTANTE ET CRAMPES**

3

**FATIGUE INTENSE, JAMBES EN COTON, SUEURS FROIDES, NAUSÉES, VOMISSEMENTS**

4

**LE COUP DE CHALEUR**



LE CŒUR QUI S'EMBALLÉ, FORTE FIEVRE A 40°C/41°C, LA PEAU EST SECHE ET CHAUDE, SOMNOLENCE, VERTIGES, DÉLIRE, PERTE DE CONNAISSANCE POUVANT ALLER JUSQU'À LA MORT

## AGIR RAPIDEMENT

### III. CONDUITE À TENIR EN CAS DE SYMPTÔMES

#### ATTENTION

Il peut s'agir des premiers signes d'un coup de chaleur, c'est **une urgence médicale**.

IL FAUT AGIR **RAPIDEMENT, EFFICACEMENT** et **DONNER LES PREMIERS SECOURS**

**ALERTER** les secours médicaux en composant **le 15** **RAFRAÎCHIR** la personne.

- ➔ Transporter la personne à l'ombre ou dans un endroit frais et lui enlever ses vêtements,
- ➔ Asperger le corps de la personne d'eau fraîche,
- ➔ Faire le plus de ventilation possible,
- ➔ Donner de l'eau si la personne est bien consciente,
- ➔ Si la victime est inconsciente la mettre en position latérale de sécurité en attendant les secours (SST).