



Juin 2025

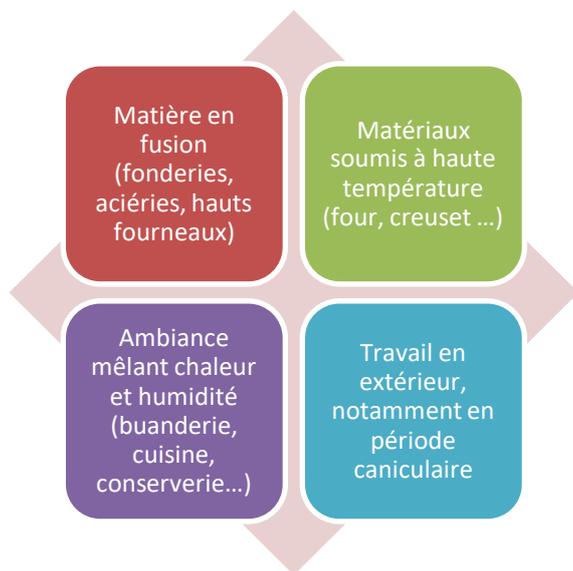
TRAVAIL À LA CHALEUR

► Définition

Le travail à la chaleur n'a pas de définition réglementaire. Il est néanmoins admis que le travail à des températures supérieures à 30°C à l'ombre pour une activité sédentaire, et à 28°C pour un travail nécessitant une activité physique, peut constituer un risque pour les travailleurs.

► Exposition aux risques

De nombreux postes peuvent exposer les travailleurs à des températures élevées car les sources de chaleur sont multiples.



► Effets sur la santé

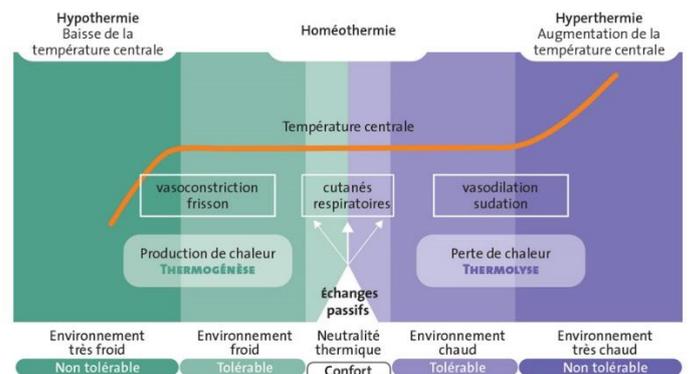
- Régulation thermique

L'organisme met en place des mécanismes de thermorégulation pour évacuer l'excès de chaleur, parmi lesquels se trouvent la sudation et la dilatation des vaisseaux cutanés accompagnée d'une augmentation du débit cardiaque.

Soulignons ici qu'au bout de 8 à 12 jours successifs d'exposition, l'organisme connaît un phénomène d'acclimatation, ce qui rend la thermorégulation plus efficace et moins coûteuse au niveau cardiovasculaire pour l'individu.

Ce phénomène est transitoire, puisqu'il s'atténue puis disparaît 8 jours après l'arrêt de l'exposition à la chaleur. Ce point est important à garder à l'esprit, notamment lors des embauches et des retours de congés.

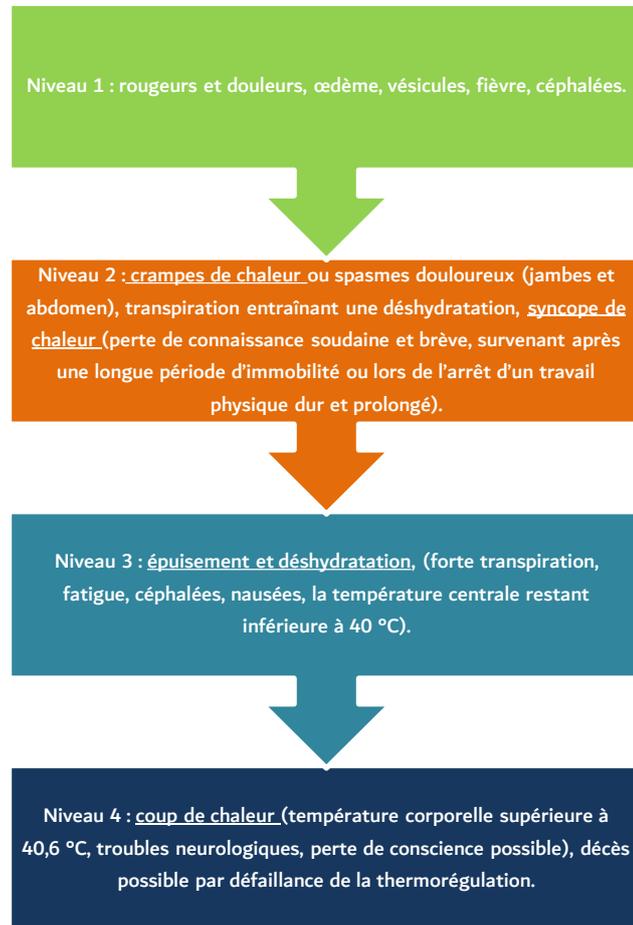
Les mécanismes de thermorégulation sont efficaces jusqu'à un certain point. Si les températures sont excessives ou si l'environnement est très humide, ils sont alors inefficaces et l'individu peut se trouver en danger.



Notons que l'exposition à la chaleur peut mettre en évidence ou exacerber des pathologies préexistantes d'ordre cardiovasculaire, rénale, endocrinien ou autre. La prise médicamenteuse peut entrer en compétition avec les mécanismes de thermorégulation, créant ainsi un risque supplémentaire pour l'individu.

- Risques pour la santé

Les symptômes observables vont de la rougeur jusqu'au coup de chaleur pouvant être fatal.



- Coup de chaleur

Le coup de chaleur est une urgence vitale, il est donc nécessaire de faire appel aux secours.

Un affichage des premiers gestes de secours en cas de coup de chaleur est recommandé dans tous les services concernés.

► **Évaluation et prévention des risques**

- Évaluer les risques

Une ambiance thermique, quelle qu'elle soit, est évaluée à partir des indicateurs suivants :

- ⇒ la température de l'air (température sèche) mesurée avec un thermomètre. Utilisation possible de sondes à résistance, de couples thermoélectriques, mais aussi d'un psychromètre, qui permet de mesurer à la fois

la température sèche et la température humide de l'air

- ⇒ la température humide et le degré d'humidité de l'air mesurés avec un hygromètre
- ⇒ la température de rayonnement évaluée par la mesure de la température du globe noir
- ⇒ la vitesse de l'air mesurée avec un anémomètre, une sonde fil ou une boule chaude

Ces données sont traitées à l'aide d'indices, maîtrisés uniquement par des spécialistes. Seront également pris en compte la nature des tâches à exécuter et la dépense énergétique induite, l'organisation et l'aménagement des locaux, et les facteurs individuels.

- Moyens de prévention recommandés

Organisation du travail

- Limiter les temps d'exposition à la chaleur ou effectuer une rotation des tâches lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.
- Modifier les horaires de travail lors des périodes de forte chaleur pour le travail à l'extérieur.
- Limiter le travail physique lourd et le port de charge.
- Prendre en compte la période d'acclimatation avant d'assurer des travaux lourds ; être particulièrement vigilant lors d'un retour de congé ou d'une nouvelle embauche.
- Éviter le travail isolé et privilégier le travail d'équipe.
- Augmenter la fréquence des pauses de récupération.
- Aménager des aires de repos climatisées ou à l'ombre.
- Fournir une source d'eau fraîche et inciter les salariés à boire souvent.
- Établir une procédure d'urgence en cas de malaise lié à l'exposition à la chaleur.

Conception et aménagement des postes de travail

- Réduire la température dans les locaux et les engins de chantier : stores, ventilation, climatisation.
- Réduire le taux d'humidité en ventilant.
- Aménager des cabines d'observation climatisées.
- Automatiser les tâches en ambiance thermique élevée.
- Utiliser des aides mécaniques pour réduire la dépense énergétique des salariés.
- Réduire l'exposition à la chaleur émise par des surfaces chaudes (calorifugeage des surfaces, utilisation d'écrans ou de revêtements réfléchissants).
- Lors de la conception de nouveaux bâtiments, prendre en compte le confort d'été dans les choix architecturaux...

Formation et information des salariés

Ces actions concernent tous les salariés exposés, sans oublier les nouveaux embauchés et les intérimaires.

La situation individuelle des salariés (maladie chronique, prises médicamenteuses, grossesse...) doit être prise en compte et faire l'objet d'une information et de recommandations spécifiques par le médecin du travail.

Mise à disposition de vêtements ou d'équipements de protection adaptés

Lors des chaleurs estivales :

- Vêtements de travail, de couleur claire, permettant l'évaporation de la sueur
- Couvre-chef en cas de travail en extérieur et d'exposition prolongée au soleil
- Équipements de protection individuelle adaptés, réduisant l'inconfort thermique...

Lors d'activités en ambiance chaude (fonderies, verreries...) : vêtements de protection contre la chaleur, vestes de refroidissement...

► Ressources utiles :

-Décret n° 2025-482 du 27 mai 2025 relatif à la protection des travailleurs contre les risques liés à la chaleur <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000051676074>

-Arrêté du 27 mai 2025 relatif à la détermination des seuils de vigilance pour canicule du dispositif spécifique de Météo-France visant à signaler le niveau de danger de la chaleur dans le cadre de la protection des travailleurs contre les risques liés aux épisodes de chaleur intense <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000051676145>