



Août 2023

## PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS AUX VAGUES DE FORTES CHALEURS

L'exposition aux rayonnements ultraviolets (UV) répandu par le soleil a des effets néfastes sur la santé à court terme (coups de soleil, éruption cutanée, pigmentation, affections des yeux) et long terme en cas d'exposition prolongée (risque de vieillissement cutané et de cancer de la peau, maladies oculaires). Il convient de réduire l'exposition solaire, de porter des vêtements protecteurs, des lunettes de soleil et chapeaux à larges bords.

### 1 Attention au coup de chaleur !


Le **coup de chaleur** se déclare en **cas d'exposition prolongée à des températures élevées**, souvent associée à un effort physique modéré à intense, y compris pour des jeunes individus et en bonne santé. Il s'agit d'une **urgence vitale**, relativement rare, mais mortelle dans 15 à 25% des cas.

Les **signes d'alerte** sont une **température corporelle supérieure à 39°C**, un **pouls** et une **respiration rapides**, des **maux de tête**, des **nausées**, des **vomissements**, une **peau sèche, rouge et chaude**, un **comportement étrange** pouvant aller jusqu'au **délire**, une **perte de connaissance**.

### 2 Les devoirs de l'employeur en cas de fortes chaleurs

L'employeur est tenu de prendre les **précautions nécessaires** pour assurer la **sécurité** et **protéger la santé des travailleurs**. Il doit tenir compte des **conditions d'exposition des travailleurs à la chaleur selon leurs postes de travail** lors de l'évaluation des risques écrite dans le document unique, et **mettre en place les mesures de prévention adaptées**, intégrées au plan d'actions de prévention. Il a l'**obligation de tenir compte de l'évolution des conditions climatiques** et d'adapter les mesures de prévention en conséquence. Il doit donc être **attentif aux informations données quotidiennement par les autorités pendant la période de vigilance**.

En période de vigilance canicule rouge, l'employeur doit également procéder à une **réévaluation quotidienne des risques encourus par chacun des salariés** et décider de l'arrêt du travail si nécessaire, notamment pour les travaux réalisés à une température très élevée et comportant une charge physique.

 Pour toute information complémentaire, l'employeur peut contacter la direction régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités (Dreets) et l'inspection du travail. Il peut également se renseigner auprès d'un service de prévention et de santé au travail

### 3 Les conseils à destination des travailleurs en cas de fortes chaleurs

- Réduisez votre rythme et vos efforts physiques,
- Augmentez vos temps de pause,
- Privilégiez les zones ombragées,
- Portez d'amples vêtements clairs,
- Protégez-vous la tête et les yeux du soleil,
- Buvez de l'eau régulièrement, même si vous n'avez pas soif,
- Évitez les boissons alcoolisées ou caféinées,
- Évitez de manger trop ou trop gras,
- Cessez toute activité en cas de trouble ou de malaise, signalez immédiatement,
- Signalez au médecin du travail des vulnérabilités spécifiques aux fortes chaleurs.



Pour toutes questions relatives à ce sujet, contactez les Experts du CERFRANCE 65 pour vous accompagner dans vos démarches au 05.62.51.81.20 ou par mail à [contact@65.cerfrance.fr](mailto:contact@65.cerfrance.fr)