LES SYMPTÔMES ?

Si au cours de travaux exécutés en ambiance chaude, un travailleur présente l'un des symptômes suivant :

- Peau rouge, chaude et sèche (absence de transpiration)
- Grande faiblesse, étourdissements, crampes, maux de tête
- Fièvre
- Agitation, désorientation, confusion, perte de connaissance.

ATTENTION : il peut s'agir des premiers signes d'un coup de chaleur, c'est une urgence vitale.

QUOI FAIRE ?

Si une personne présente des signes de coup de chaleur, il faut agir RAPIDEMENT et EFFICACEMENT :

- **Alerter les premiers secours : SAMU (15) Pompiers (18)**
- **Transporter la personne dans un endroit frais et aéré, lui**
- **Enlever ou desserrer ses vêtements.**
- **Asperger le corps avec de l'eau fraîche (ou poser des linges humides, tête et nuque comprises).**
- **Faire boire de l'eau fraîche, si la personne est consciente.**

Centre de Moulins
(siège social)
23 rue des Châtelains
03000 Moulins
Tel. 04 70 46 84 20

Centre de Vichy
65 boulevard Denière
03200 Vichy
Tel. 04 70 31 35 35

Centre de St-Victor
125 route de Paris
03410 Saint-Victor
Tel. 04 70 02 25 90

Cette brochure est destinée à votre information. Demandez conseil à votre médecin du travail.

www.ssti03.fr

CONDUITE À TENIR

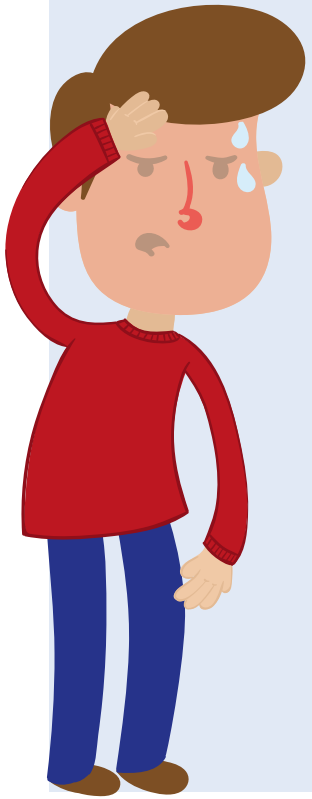
En cas de forte chaleur

sSTi03
ALLIER Prévention Santé Entreprises

CONSEILS DE PRÉVENTION

► UN RYTHME PLUS ADAPTÉ

- Aménager si possible les horaires de travail, afin de bénéficier au mieux des heures les moins chaudes de la journée.
- Augmenter la fréquence des pauses (par exemple : une pause toutes les heures).
- Ne pas oublier de prendre en compte la « période d'acclimatement » (7 jours minimum d'exposition régulière).



ATTENTION

Redoubler de vigilance si le salarié revient de vacances, d'un congé maladie, s'il est nouvellement embauché ou intérimaire.

► DES EFFORTS MESURÉS

- Limiter autant que possible le travail physique et reporter à plus tard les tâches lourdes.
- Veiller à ce que les salariés utilisent systématiquement les aides mécaniques à la manutention (diable, chariot, appareil de levage...).
- Permettre aux salariés d'adopter leur propre rythme

► POUR UNE CHALEUR « MODÉRÉE »

- Installer des sources d'eau potable et fraîche à proximité des postes de travail.
- Prévoir des aires de repos climatisées ou aménager des zones d'ombre.
- Penser aux adaptations techniques permettant de limiter les effets de la chaleur (ventilateur, brumisateur, store...).
- Limiter, si possible, le temps d'exposition des salariés au soleil ou effectuer une rotation des tâches, lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.

► PRÉVENIR VAUT MIEUX QUE GUÉRIR

- Informer les salariés des risques liés à la chaleur et des mesures de premiers secours.
- Eviter le travail isolé ; privilégier le travail en équipe permettant une surveillance mutuelle des salariés.

► LE COUP DE CHALEUR, C'EST QUOI ?

Le coup de chaleur est une élévation importante de la température du corps. Il doit être pris en charge rapidement en raison du risque de déshydratation aiguë.