

# AMBIANCE THERMIQUE CHAUDE



**Aist89**

PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

*Salariés : Pour votre santé, protégez-vous !*

**Agissons ensemble pour la Santé au travail**

## ◇ Qu'est-ce qu'une **ambiance thermique chaude** ?

Une contrainte thermique représente toute exposition à une ambiance thermique qui oblige le corps à déclencher les mécanismes de régulation de la température corporelle qui doit être maintenue à 37°C. (thermorégulation).

L'ambiance thermique est considérée comme chaude lorsque la température sèche ambiante est supérieure à 30°C pour une activité sédentaire, et de plus de 28°C pour une activité physique. En plus de la température sèche d'autres facteurs peuvent influencer et majorer la contrainte thermique chaude à savoir : **Degré d'humidité (hygrométrie) - Vitesse de l'air - Isolement thermique (habits, isolation de la source) - Effort physique - Rayonnement de la chaleur (four, structure métallique...).**

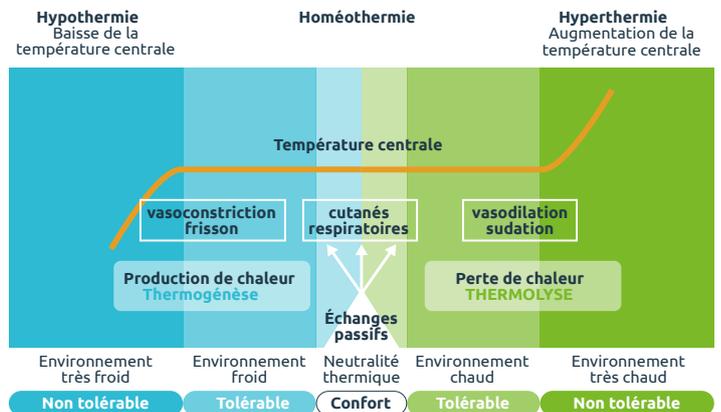
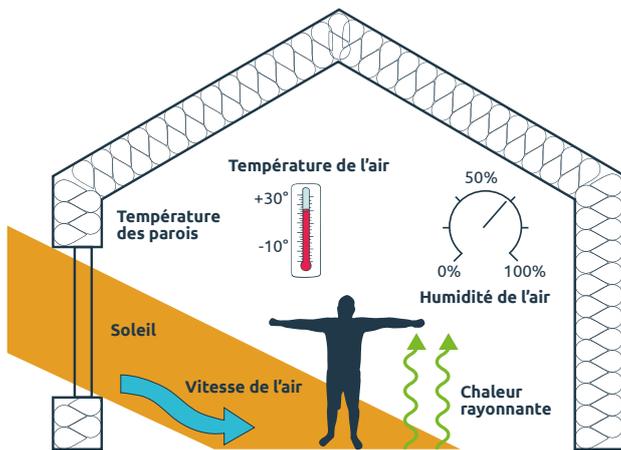


Schéma illustrant le mécanisme de vasodilations et de vasoconstrictions

L'homme s'adapte aux écarts de température par un mécanisme de Thermorégulation (homéothermie) qui permet de maintenir la température corporelle à 37°. En ambiance chaude, le corps humain régule la température par des mécanismes de **vasodilation** et de **sudation**.

Lorsque ces mécanismes de thermorégulation sont dépassés cela peut engendrer des effets sur la santé.

## ◇ Quels sont les **risques** pour votre santé ?

Le travail dans une ambiance chaude peut conduire à des **malaises, déshydratation, les crampes de chaleur, une syncope de chaleur** (perte de connaissance) ou bien plus grave une **augmentation de la température corporelle** au-dessus de 40°C et c'est le **coup de chaleur** (insolation). **Ce dernier peut entraîner le décès et constitue une urgence vitale.**



Classes du Heat index et troubles physiologiques possibles associés en cas d'exposition à la chaleur et/ou en pratiquant une activité physique.

Scannez moi pour + d'infos !



## ◇ Quelle prévention pour votre santé ?

### ACTIONS ORGANISATIONNELLES

- **Limiter les temps d'exposition** à la chaleur ou **effectuer une rotation des tâches** lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.
- **Limiter le travail physique** lourd et le port de charges.
- **Augmenter la fréquence des pauses** de récupération et aménager des aires de repos suffisamment fraîches.
- **Adapter les horaires de travail** et la nature des missions à effectuer en fonction de l'ambiance thermique de travail.
- **Fournir une source d'eau fraîche** et inciter les salariés à boire souvent...

### CONCEPTION ET AMÉNAGEMENT DES POSTES DE TRAVAIL

- **Réduire la température** : climatisation, ventilation.
- **Réduire le taux d'humidité** en ventilant.
- **Aménager des cabines d'observation climatisées.**
- **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)...

### FORMATION ET INFORMATION DES SALARIÉS

**Le service de prévention et de santé au travail** est une ressource dont l'employeur peut se servir dans le cadre de la prévention des risques liés à l'ambiance thermique.

## ◇ Quelle est la réglementation ?

Le Code du travail ne définit pas la température maximale au-delà de laquelle il est dangereux ou interdit de travailler. **C'est à l'employeur de prendre les dispositions nécessaires pour protéger la santé de ses travailleurs.** Tous les effets sur la santé liés au travail en ambiance thermique chaude ou froide sont considérés comme **accidents de travail**.

Le seuil de pénibilité est fixé à **900 heures par an d'exposition à des températures supérieures ou égales à 30°**.

N'hésitez pas à consulter les articles suivants sur le site du Code du travail ([www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)) :

[Article R. 4225-1](#), [Article R. 4213-7](#), [Article R. 4213-8](#).

*Prenez des précautions, ne laissez pas la chaleur vous épuiser : assurez votre protection !*

Le professionnel de santé au travail peut vous offrir des conseils et répondre à toutes vos interrogations

## Vos interlocuteurs Aist89



**Aist89**

PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL

☎ 03 86 72 07 55

✉ [contact@aist89.fr](mailto:contact@aist89.fr)

🌐 [www.aist89.fr](http://www.aist89.fr)

17 Bis Avenue de la Puisaye - 89000 **AUXERRE**

Tél. 03 86 72 07 55

1 Route de Lyon - 89200 **AVALLON**

Tél. 03 86 34 44 10

7 Place du 11 Novembre - 89300 **JOIGNY**

Tél. 03 86 62 05 33

2 Rue Saint-Martin - 89600 **SAINT-FLORENTIN**

Tél. 03 86 35 31 30

Rue de la Gare - 89700 **TONNERRE**

Tél. 03 86 54 40 04

*Scannez moi pour + d'infos !*



[www.aist89.fr](http://www.aist89.fr)