



Travail par forte chaleur en été :
comment agir ?

L'Institut national de recherche et de sécurité (INRS)

Dans le domaine de la prévention des risques professionnels, l'INRS est un organisme scientifique et technique qui travaille, au plan institutionnel, avec la Cnam, les Carsat, Cramif, CGSS et plus ponctuellement pour les services de l'État ainsi que pour tout autre organisme s'occupant de prévention des risques professionnels.

Il développe un ensemble de savoir-faire pluridisciplinaires qu'il met à la disposition de tous ceux qui, en entreprise, sont chargés de la prévention : chef d'entreprise, médecin du travail, instances représentatives du personnel, salariés. Face à la complexité des problèmes, l'Institut dispose de compétences scientifiques, techniques et médicales couvrant une très grande variété de disciplines, toutes au service de la maîtrise des risques professionnels.

Ainsi, l'INRS élabore et diffuse des documents intéressant l'hygiène et la sécurité du travail : publications (périodiques ou non), affiches, audiovisuels, sites Internet... Les publications de l'INRS sont diffusées par les Carsat. Pour les obtenir, adressez-vous au service Prévention de la caisse régionale ou de la caisse générale de votre circonscription, dont l'adresse est mentionnée en fin de brochure.

L'INRS est une association sans but lucratif (loi 1901) constituée sous l'égide de la Cnam et soumise au contrôle financier de l'État. Géré par un conseil d'administration constitué à parité d'un collègue représentant les employeurs et d'un collègue représentant les salariés, il est présidé alternativement par un représentant de chacun des deux collèges. Son financement est assuré en quasi-totalité par la Cnam sur le Fonds national de prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles.

Les caisses d'assurance retraite et de la santé au travail (Carsat), la caisse régionale d'assurance maladie d'Île-de-France (Cramif) et les caisses générales de sécurité sociale (CGSS)

Les caisses d'assurance retraite et de la santé au travail, la caisse régionale d'assurance maladie d'Île-de-France et les caisses générales de sécurité sociale disposent, pour participer à la diminution des risques professionnels dans leur région, d'un service Prévention composé d'ingénieurs-conseils et de contrôleurs de sécurité. Spécifiquement formés aux disciplines de la prévention des risques professionnels et s'appuyant sur l'expérience quotidienne de l'entreprise, ils sont en mesure de conseiller et, sous certaines conditions, de soutenir les acteurs de l'entreprise (direction, médecin du travail, instances représentatives du personnel, etc.) dans la mise en œuvre des démarches et outils de prévention les mieux adaptés à chaque situation. Ils assurent la mise à disposition de tous les documents édités par l'INRS.



Le travail lors des chaleurs d'été, particulièrement à l'extérieur, présente des dangers.

La canicule ou des conditions inhabituelles de chaleur sont à l'origine de troubles pour la santé voire d'accidents du travail dont certains peuvent être mortels.

Les risques professionnels induits par les conditions climatiques et leur prévention doivent être pris en compte dans votre document unique et l'organisation du travail doit être adaptée en conséquence.

**Au-delà de 30°C pour
une activité de bureau et
28°C pour un travail physique,
la chaleur peut constituer
un risque pour la santé
des salariés.**

Travail par forte chaleur en été



1. Se préparer en amont

* **Identifier et évaluer les risques liés :**

- **au poste de travail ou à la tâche à exécuter**
[travaux physiques, durée de la tâche, travail en extérieur...],
- **à l'organisation**
[horaires de travail, temps de pauses, rotation du personnel...],
- **à l'aménagement des locaux**
[climatisation, aération, accès à des boissons fraîches...].

* **Transcrire les résultats** de l'évaluation dans le document unique.

* **Définir et mettre en œuvre** les mesures techniques, organisationnelles et individuelles en associant les représentants du personnel et le service de santé au travail.

* **Mettre en place** une organisation des secours.

* **Informé** les salariés des mesures de prévention définies.

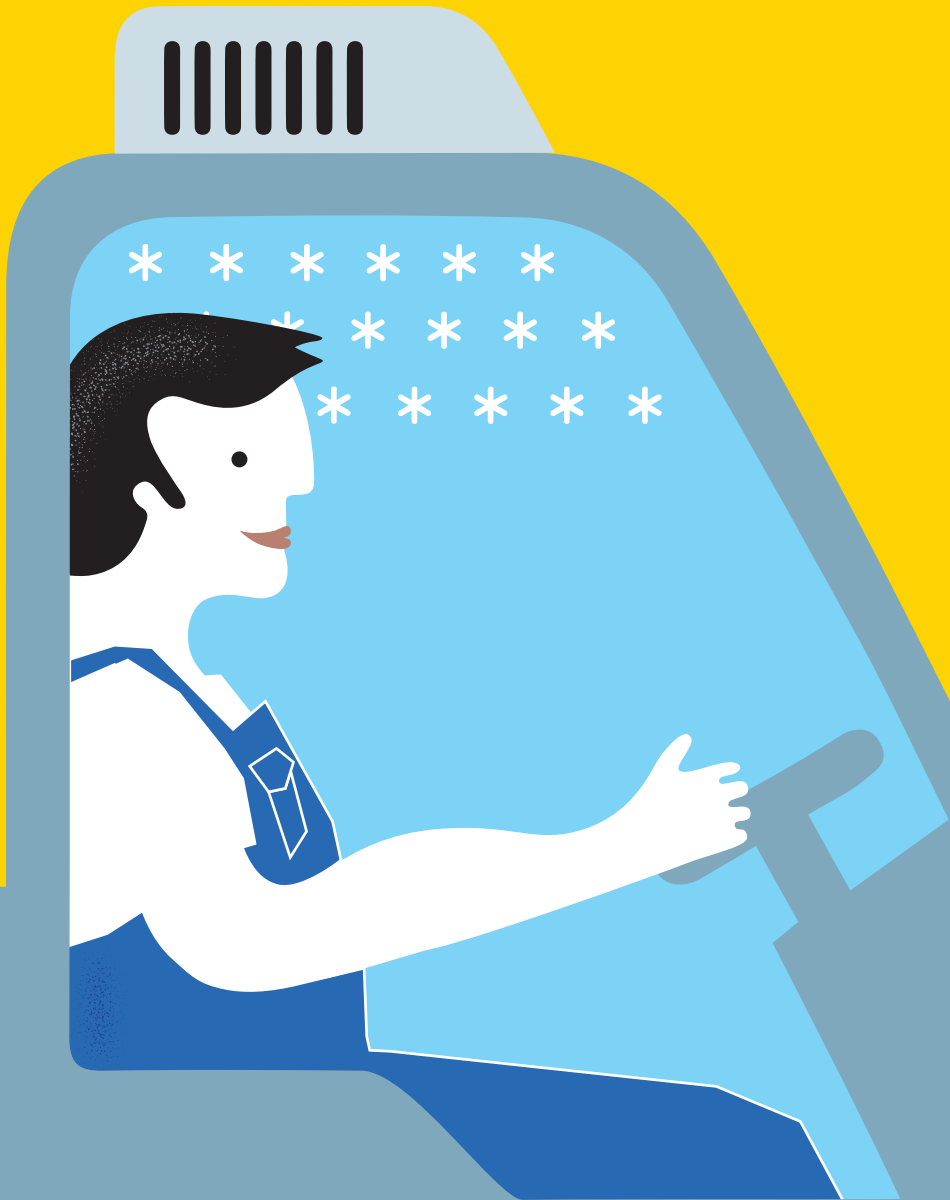
Travail
par forte chaleur
en été



Organiser le travail

- * **Limiter si possible le temps d'exposition des salariés au soleil** ou prévoir une rotation des tâches, lorsque des postes moins exposés en donnent la possibilité.
- * **Aménager les horaires de travail**, afin de bénéficier au mieux des heures les moins chaudes de la journée.
- * **Augmenter la fréquence des pauses** et, en extérieur, adapter leur durée à la température.
- * **Modifier voire mécaniser certaines tâches.**
- * **Éviter le travail isolé** : privilégier le travail d'équipe, permettant une surveillance mutuelle des salariés.
- * **Permettre aux salariés d'adapter leur rythme de travail.**
- * **Limiter ou reporter autant que possible le travail physique** pour éviter la production de chaleur par l'organisme.
- * **Prendre en compte la période d'acclimatation** au minimum de 7 jours d'exposition régulière à la chaleur. Être d'autant plus vigilant si le salarié revient de vacances, d'un congé de maladie ou encore s'il intervient en tant qu'intérimaire ou nouvel embauché.

Travail
par forte chaleur
en été



Aménager les postes de travail

- * **Penser aux adaptations techniques** permettant de limiter les effets de la chaleur [ventilateur, brumisateur, store, abri en extérieur...].
- * **Recourir à la climatisation** dans les bâtiments mais également dans des postes de travail spécifiques, comme les engins de chantier par exemple.
- * **Veiller à ce que l'utilisation des aides mécaniques à la manutention soit généralisée.**
- * **Installer les sources d'eau potable** et fraîche à proximité des postes de travail.
- * **Prévoir des aires de repos climatisées** ou aménager des zones d'ombre.
- * **Prendre en compte le confort d'été** dans les choix architecturaux lors de la conception de nouveaux bâtiments.

Travail par forte chaleur en été

**TRAVAIL ET CHALEUR D'ÉTÉ
PROTÉGEZ-VOUS !**

- Boire régulièrement de l'eau !
- Adapter ses activités !
- Être vigilant pour ses collègues !
- Protéger peau et tête du soleil !
- Signaler, dès que l'on se sent mal !

INRS - Centre national de recherche et de prévention pour la protection des populations contre les risques professionnels



Former et sensibiliser les salariés

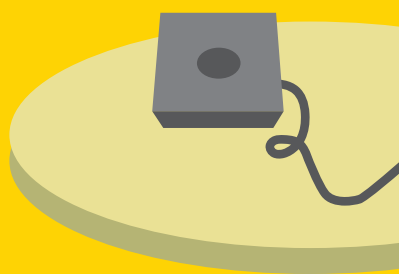
* Sur les risques liés à la chaleur

[déshydratation, coup de chaleur...], sur les mesures de prévention [collectives et individuelles] et les premiers secours.

* Sur les mesures individuelles ou d'hygiène de vie permettant de réduire les risques liés à la chaleur. Inciter les salariés à :

- porter des vêtements amples, de couleur claire favorisant l'évaporation de la sueur,
- se protéger la tête et les yeux contre le soleil en cas de travail en extérieur,
- boire régulièrement de l'eau sans attendre la sensation de soif,
- éviter les repas copieux, les boissons alcoolisées ou riches en caféine,
- éteindre le matériel électrique non utilisé [imprimante, lampe...] de façon à éliminer toute source de chaleur supplémentaire...

Travail
par forte chaleur
en été



S'informer

- * **En période estivale**, consulter le bulletin météorologique régulièrement afin de connaître le niveau d'alerte régional et d'adapter les mesures de prévention.
- * **En cas de canicule**, la plateforme téléphonique Canicule Info Service donne des informations complémentaires.
- * **Prendre conseil** auprès de votre service de santé au travail.

Canicule Info Service

numéro vert

0800 06 66 66

*appel gratuit depuis
un poste fixe.*

Pour commander les brochures et les affiches de l'INRS,
adressez-vous au service Prévention de votre Carsat, Cramif ou CGSS.

Services Prévention des Carsat et de la Cramif

Carsat ALSACE-MOSELLE

(67 Bas-Rhin)
14, rue Adolphe-Seyboth
CS 10392
67010 Strasbourg cedex
tél. 03 88 14 33 00 – fax 03 88 23 54 13
prevention.documentation@carsat-am.fr
www.carsat-alsacemoselle.fr

(57 Moselle)

3, place du Roi-George
BP 31062
57036 Metz cedex 1
tél. 03 87 66 86 22 – fax 03 87 55 98 65
www.carsat-alsacemoselle.fr

(68 Haut-Rhin)

11, avenue De-Lattre-de-Tassigny
BP 70488
68018 Colmar cedex
tél. 03 69 45 10 12 – fax 03 89 21 62 21
www.carsat-alsacemoselle.fr

Carsat AQUITAINE

(24 Dordogne, 33 Gironde, 40 Landes,
47 Lot-et-Garonne, 64 Pyrénées-Atlantiques)
80, avenue de la Jallère
33053 Bordeaux cedex
tél. 05 56 11 64 36
documentation.prevention@carsat-aquitaine.fr
www.carsat-aquitaine.fr

Carsat AUVERGNE

(03 Allier, 15 Cantal, 43 Haute-Loire,
63 Puy-de-Dôme)
Espace Entreprises
Clermont République
63036 Clermont-Ferrand cedex 9
tél. 04 73 42 70 19 – fax 04 73 42 70 15
offredoc@carsat-auvergne.fr
www.carsat-auvergne.fr

Carsat BOURGOGNE - FRANCHE-COMTÉ

(21 Côte-d'Or, 25 Doubs, 39 Jura,
58 Nièvre, 70 Haute-Saône,
71 Saône-et-Loire, 89 Yonne,
90 Territoire de Belfort)
46, rue Elsa-Triolet
21044 Dijon cedex
tél. 03 80 33 13 92 – fax 03 80 33 19 62
documentation.prevention@carsat-bfc.fr
www.carsat-bfc.fr

Carsat BRETAGNE

(22 Côtes-d'Armor, 29 Finistère,
35 Ille-et-Vilaine, 56 Morbihan)
236, rue de Châteaugiron
35030 Rennes cedex 09
tél. 02 99 26 74 63 – fax 02 99 26 70 48
drp.cdi@carsat-bretagne.fr
www.carsat-bretagne.fr

Carsat CENTRE - VAL DE LOIRE

(18 Cher, 28 Eure-et-Loir, 36 Indre,
37 Indre-et-Loire, 41 Loir-et-Cher, 45 Loiret)
36, rue Xaintrailles
CS44406
45044 Orléans cedex 1
tél. 02 38 79 70 21
prev@carsat-centre.fr
www.carsat-cvl.fr

Carsat CENTRE-OUEST

(16 Charente, 17 Charente-Maritime,
19 Corrèze, 23 Creuse, 79 Deux-Sèvres,
86 Vienne, 87 Haute-Vienne)
TSA 34809
87048 Limoges cedex
tél. 05 55 45 39 04 – fax 05 55 45 71 45
cirp@carsat-centreouest.fr
www.carsat-centreouest.fr

Cram ÎLE-DE-FRANCE

(75 Paris, 77 Seine-et-Marne, 78 Yvelines,
91 Essonne, 92 Hauts-de-Seine, 93 Seine-Saint-Denis,
94 Val-de-Marne, 95 Val-d'Oise)
17-19, place de l'Argonne
75019 Paris
tél. 01 40 05 32 64 – fax 01 40 05 38 84
prevdocinrs.cramif@assurance-maladie.fr
www.cramif.fr

Carsat LANGUEDOC-ROUSSILLON

(11 Aude, 30 Gard, 34 Hérault, 48 Lozère,
66 Pyrénées-Orientales)
29, cours Gambetta
34068 Montpellier cedex 2
tél. 04 67 12 95 55 – fax 04 67 12 95 56
prevdoc@carsat-lr.fr
www.carsat-lr.fr

Carsat MIDI-PYRÉNÉES

(09 Ariège, 12 Aveyron, 31 Haute-Garonne, 32 Gers,
46 Lot, 65 Hautes-Pyrénées, 81 Tarn, 82 Tarn-et-Garonne)
2, rue Georges-Vivent
31065 Toulouse cedex 9
doc.prev@carsat-mp.fr
www.carsat-mp.fr

Services Prévention des CGSS

Carsat NORD-EST

(08 Ardennes, 10 Aube, 51 Marne, 52 Haute-Marne,
54 Meurthe-et-Moselle, 55 Meuse, 88 Vosges)
81 à 85, rue de Metz
54073 Nancy cedex
tél. 03 83 34 49 02
documentation.prevention@carsat-nordest.fr
www.carsat-nordest.fr

Carsat NORD-PICARDIE

(02 Aisne, 59 Nord, 60 Oise,
62 Pas-de-Calais, 80 Somme)
11, allée Vauban
59662 Villeneuve-d'Ascq cedex
tél. 03 20 05 60 28 – fax 03 20 05 79 30
bedprevention@carsat-nordpicardie.fr
www.carsat-nordpicardie.fr

Carsat NORMANDIE

(14 Calvados, 27 Eure, 50 Manche, 61 Orne,
76 Seine-Maritime)
Avenue du Grand-Cours
CS 36028
76028 Rouen cedex 1
tél. 02 35 03 58 22 – fax 02 35 03 60 76
prevention@carsat-normandie.fr
www.carsat-normandie.fr

Carsat PAYS DE LA LOIRE

(44 Loire-Atlantique, 49 Maine-et-Loire,
53 Mayenne, 72 Sarthe, 85 Vendée)
2, place de Bretagne
44932 Nantes cedex 9
tél. 02 51 72 84 08 – fax 02 51 82 31 62
documentation.rp@carsat-pl.fr
www.carsat-pl.fr

Carsat RHÔNE-ALPES

(01 Ain, 07 Ardèche, 26 Drôme, 38 Isère,
42 Loire, 69 Rhône, 73 Savoie, 74 Haute-Savoie)
26, rue d'Aubigny
69436 Lyon cedex 3
tél. 04 72 91 97 92 – fax 04 72 91 98 55
prevention.doc@carsat-ra.fr
www.carsat-ra.fr

Carsat SUD-EST

(04 Alpes-de-Haute-Provence, 05 Hautes-Alpes,
06 Alpes-Maritimes, 13 Bouches-du-Rhône,
2A Corse-du-Sud, 2B Haute-Corse, 83 Var, 84 Vaucluse)
35, rue George
13386 Marseille cedex 20
tél. 04 91 85 85 36
documentation.prevention@carsat-sudest.fr
www.carsat-sudest.fr

CGSS GUADELOUPE

Espace Amédée Fengarol, bât. H
Parc d'activités La Providence,
ZAC de Dothémare
97139 Les Abymes
tél. 05 90 21 46 00 – fax 05 90 21 46 13
risquesprofessionnels@cgss-gadeloupe.fr
www.preventioncgss971.fr

CGSS GUYANE

CS 37015
97307 Cayenne cedex
tél. 05 94 29 83 04 – fax 05 94 29 83 01
prevention-rp@cgss-guyane.fr

CGSS LA RÉUNION

4, boulevard Doret, CS 53001
97741 Saint-Denis cedex 9
tél. 02 62 90 47 00 – fax 02 62 90 47 01
prevention@cgss.re
www.cgss-reunion.fr

CGSS MARTINIQUE

Quartier Place-d'Armes,
97210 Le Lamentin cedex 2
tél. 05 96 66 51 31 et 05 96 66 76 19
fax 05 96 51 81 54
documentation.atmp@cgss-martinique.fr
www.cgss-martinique.fr

Découvrez
nos publications
sur le travail à
la chaleur sur :
www.inrs.fr/chaleur



Institut national de recherche et de sécurité
pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles
65, boulevard Richard-Lenoir 75011 Paris • Tél. 01 40 44 30 00 • info@inrs.fr

Édition INRS ED 6371

1^{re} édition • mai 2020 • 5 000 ex. • ISBN 978-2-7389-2535-0

Design graphique et illustrations : Zaoum

L'INRS est financé par la Sécurité sociale - Assurance maladie/Risques professionnels

www.inrs.fr

