



AMBIANCE THERMIQUE

Les risques liés à la chaleur

Le travail dans une ambiance thermique chaude présente des dangers plus ou moins graves pour la santé des agents liés à des mécanismes de thermorégulation défaillants. Afin d'éviter la déshydratation ou le coup de chaleur et pour limiter les risques d'accidents de service, l'organisation et les conditions de travail doivent être adaptées.

CONTEXTE

Différentes activités et environnements de travail exposent les agents à la chaleur.

Exemples : travaux en plein soleil (collecte des déchets, travaux d'espaces verts et de voirie...), conduite d'un véhicule/engin non climatisé, travail dans des bureaux mal isolés thermiquement, travail à proximité d'équipements dégageant de la chaleur (restauration scolaire).

Chaque saison estivale est propice à la survenue de « vagues de chaleur » qui, selon Météo France, regroupe les situations suivantes :

- **PIC DE CHALEUR :**

Chaleur intense de courte durée (un ou deux jours). Le pic de chaleur présente un risque sanitaire pour les populations fragiles ou surexposées, notamment du fait de leurs conditions de travail et leur activité physique.

→ Il est associé au **niveau de vigilance météorologique JAUNE**.

- **ÉPISODE PERSISTANT DE CHALEUR :**

Températures élevées (indice biométéorologique* proches ou en dessous des seuils départementaux) **qui perdurent dans le temps** (supérieure à trois jours). Ces situations constituent un danger pour les populations fragiles ou surexposées, notamment du fait de leurs conditions de travail et de leur activité physique.

→ Il est associé au **niveau de vigilance météorologique JAUNE**.

*IBM : combinaison des températures minimales et maximales moyennées sur trois jours

- **CANICULE :**

Période de chaleur intense pour laquelle les IBM dépassent les seuils départementaux **pendant trois jours et trois nuits consécutifs**.

→ Elle est associée au **niveau de vigilance météorologique ORANGE**.

Zoom sur les niveaux d'alerte du Plan national canicule

Météo France, Santé publique France (SpF), en lien avec la Direction générale de la santé (DGS), veillent et alertent quotidiennement sur les risques de survenue de fortes chaleurs.

Niveaux d'alerte	Carte de vigilance météorologique
1 – veille saisonnière	verte
2 – avertissement chaleur	jaune
3 – alerte canicule	orange
4 – mobilisation maximale	rouge

Niveau 1 : activation de la veille saisonnière (du 01/06 au 15/09 de chaque année). Vérification des dispositifs opérationnels, mise en place d'une surveillance météorologique et sanitaire, dispositif et ouverture de la plateforme téléphonique nationale : **0 800 06 66 66**

Niveau 2 : phase de veille renforcée permettant aux différents services de se préparer à une montée en charge en vue d'un éventuel passage au niveau 3 et de renforcer des actions de communication locales et ciblées.

Niveau 3 : activation du Plan national canicule par les Préfets des départements. A ce niveau, des actions de prévention et de gestion sont mises en place par les services publics et les acteurs territoriaux de façon adaptée à l'intensité et à la durée du phénomène

Niveau 4 : mise en œuvre de mesures exceptionnelles

- **CANICULE EXTREME** :

Canicule exceptionnelle par sa durée, son intensité, son étendue géographique, à forts impacts sanitaires et sociétaux.

→ Elle est associée au **niveau de vigilance météorologique ROUGE**.

RISQUES LIÉS A LA CHALEUR

Les ambiances de travail chaudes d'origine climatique, ou liées aux méthodes de travail, peuvent être à l'origine d'effets sur la santé potentiellement grave et d'accidents de service. A défaut de seuil réglementaire définissant une température à partir de laquelle un agent ne pourrait plus travailler, l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS) appelle à la **vigilance en cas d'exposition prolongée à des températures supérieures à 28°C pour un travail nécessitant une activité physique, ou supérieur à 30°C pour une activité sédentaire**.

- **LES IMPACTS SUR LA SANTÉ** :

Les symptômes et les conséquences sur la santé d'une exposition à la chaleur sont classés en quatre niveaux de gravité :

Niveau 1 : rougeurs et douleurs, œdème, vésicules, fièvre, céphalées.

Niveau 2 : crampes de chaleur ou spasmes douloureux (jambes et abdomen), transpiration entraînant une déshydratation, syncope de chaleur (perte de connaissance soudaine et brève, survenant après une longue période d'immobilité ou lors de l'arrêt d'un travail physique dur et prolongé).

Niveau 3 : épuisement et déshydratation (forte transpiration, froideur et pâleur de la peau, pouls faible, température normale).

Niveau 4 : coup de chaleur (température corporelle supérieure à 40,6°C, peau sèche et chaude, pouls rapide et fort, perte de conscience possible), décès possible par défaillance de la thermorégulation.

Facteurs individuels amplifiant les effets de la chaleur

- Pathologies chroniques (diabète, hyperthyroïdie, pathologies cardio-respiratoires...)
- Prise de médicaments
- Mauvaise condition physique
- Manque de sommeil
- Consommation d'eau insuffisante
- Consommation excessive de substances psychoactives (tabac, alcool)
- Obésité ou dénutrition
- Grossesse
- Méconnaissance du danger

Lors de fortes chaleurs et selon les individus, les effets seront aggravés en cas d'**effort physique** et/ou en l'absence d'une **acclimatation** (tolérance à la chaleur que l'organisme acquiert sous l'effet d'expositions à la chaleur prolongées).

▶ **Le coup de chaleur est une URGENCE VITALE**. Différents signaux d'alerte (hyperthermie, tachycardie, respiration rapide, maux de tête, nausées, vomissements, peau sèche, rouge et chaude, absence de transpiration, confusion et/ou délire, convulsions, perte de connaissance) doivent provoquer l'**alerte des secours**.

Conduite à tenir en cas de coup de chaleur :

- Alerter ou faire alerter les secours (15, 18 ou 112)
- Si la victime est consciente :
 - L'amener à l'ombre et/ou dans un endroit frais et bien aéré,
 - La déshabiller ou desserrer ses vêtements,
 - La rafraichir en faisant couler de l'eau froide sur son corps ou en plaçant des linges humides sur son corps,
 - Lui donner à boire de l'eau fraîche après avis du médecin.
- Si la victime est inconsciente : la mettre en position latérale de sécurité et rester près d'elle en attendant l'arrivée des secours.

- **LES RISQUES D'ACCIDENTS DE SERVICE** :

La chaleur peut également être à l'origine d'accidents de service en raison de la baisse de vigilance qu'elle occasionne mais également en raison de l'augmentation du temps de réaction et de la fatigabilité, ou encore par la gêne occasionnée par une hypersudation lors d'une manutention par exemple.

L'Autorité territoriale, avec l'aide des acteurs de la prévention [assistant de prévention, agents, médecin du travail, membres de la Formation spécialisée en matière de santé, sécurité et conditions de travail (FS SSCT) du Comité Social Territorial], doit évaluer les risques liés à la chaleur pour les activités de travail en intérieur et en extérieur puis intégrer les résultats dans son **document unique d'évaluation des risques professionnels**.

L'analyse des **facteurs liés au travail et à son organisation** (travail à proximité de sources de chaleur, temps de récupération insuffisants, absence d'accès à des boissons fraîches, port de vêtements de travail empêchant l'évaporation de la sueur, travail physique exigeant...), des **facteurs liés à l'environnement et l'aménagement des locaux et des postes** (travail en plein soleil, peu de circulation d'air ou circulation d'air très chaud, travail dans des bureaux mal isolés thermiquement...) ainsi que des **facteurs liés aux individus** (lorsque ces informations sont accessibles à l'Autorité territoriale : acclimatation, âge, habitude de la tâche) doivent permettre la mise en œuvre d'**actions de prévention adaptées**.

<p>MESURES D'ORDRE ORGANISATIONNEL</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mettre en place un Plan de continuité d'activités (PCA) afin de développer une stratégie organisationnelle claire, graduée et planifiée lors d'épisodes de canicule. - Réduire les efforts physiques et adapter le rythme de travail (report à une date ultérieure ou aux heures les moins chaudes de la journée des travaux nécessitant des efforts physiques importants ou impliquant le port d'équipements de protection individuelle chauds et lourds). - Mettre en œuvre des procédés de travail ne nécessitant pas d'exposition à la chaleur ou nécessitant une exposition moindre. - Prendre en compte la période d'acclimatation nécessaire en particulier pour les nouveaux agents et pour les agents de retour après une absence. - Augmenter la fréquence des pauses de récupération dans des lieux frais. - Limiter le temps d'exposition à la chaleur (rotation des agents si possible). - Adapter les horaires de travail en période de forte chaleur en favorisant un début d'activité plus matinal. - Éviter le travail isolé. - Mettre à disposition de l'eau potable et fraîche en quantité suffisante pour permettre aux travailleurs de se désaltérer et de rafraîchir (3 litres d'eau au moins par jour et par agent suivant le travail). Prévoir un moyen pour maintenir au frais, tout au long de la journée de travail, l'eau destinée à la boisson, à proximité des postes de travail, notamment pour les postes de travail extérieurs. - Mettre en place des mesures de surveillance spécifiques pour les travailleurs présentant un facteur de risque lié à leur santé ou à leur âge en lien avec la médecine préventive. - Définir les modalités de signalement de toute apparition des indices physiologiques préoccupants, définir les modalités pour porter secours à tous les agents, notamment les travailleurs isolés ou éloignés. Ces modalités sont portées à la connaissance de la médecine préventive. - Favoriser le télétravail ou le travail à distance pour réduire les déplacements ou l'exposition à un bureau non climatisé.
<p>MESURES D'ORDRE TECHNIQUE</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Modifier ou mécaniser certaines tâches (utiliser des aides mécaniques afin de limiter les manutentions manuelles). - Fournir des vêtements légers, adaptés à chaque agent et à la tâche à réaliser (couvre-chef protégeant la nuque pour les travaux d'extérieur, vêtements techniques...). - Dans les bureaux, il est préconisé d'arrêter toute source de chaleur additionnelle (lampe, poste informatique non utilisé, imprimante...). - Limiter les apports de chaleur venant de l'extérieur en agissant sur le bâtiment (isolation thermique, stores extérieurs).

MESURES D'ORDRE TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Recourir à la climatisation ou à des ventilateurs. En cas de dispositif de régulation de température, celui-ci ne doit émettre aucune émanation dangereuse. - Éloigner les sources de chaleur ou isoler les pièces chaudes de façon à réduire leur température de surface.
MESURES D'ORDRE HUMAIN	<ul style="list-style-type: none"> - Informier et former les agents sur les risques liés à la chaleur, les mesures de prévention existantes et les gestes de premiers secours.

En complément de toutes ces mesures de prévention, des **MESURES COMPORTEMENTALES** sont également susceptibles elles-aussi de diminuer les risques liés à une ambiance thermique chaude. Les agents doivent en être informés.

MESURES INDIVIDUELLES	<ul style="list-style-type: none"> - Porter des vêtements de travail adaptés (amples, légers, de couleur claire, favorisant l'évaporation de la sueur) et se protéger la tête du soleil. - Boire régulièrement de l'eau même en l'absence de soif. - Éviter les repas copieux. - Éviter ou limiter la consommation de substances psychoactives (alcool, tabac). - Être vigilant en cas de problème de santé et/ou de prise de médicaments (en parler avec le médecin du travail si besoin).
------------------------------	---

RÉFÉRENCES :

- Quatrième partie du code du travail (articles L. 4121-1, R. 4222-1, R. 4225-2 à 4, R. 4534-143, R. 4534-142-1).
- Décret n° 2025-482 du 27 mai 2025 relatif à la protection des travailleurs contre les risques liés à la chaleur.
- 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.
- Dossier « Travail à la chaleur » - INRS.
- Article de revue TC 165 « Travailler dans une ambiance thermique chaude » - INRS.
- Brochure INRS ED 6371 « Travail par forte chaleur. Comment agir ? ».