

La chaleur



QUEL EST LE PROBLÈME ?

- Les fortes chaleurs peuvent entraîner des problèmes de santé graves, surtout pour les travailleurs très exposés du BTP.
- Cette exposition peut provoquer des troubles mineurs tels que des coups de chaleur et/ou des déshydratations importantes pouvant conduire à la mort.
- Des mesures simples peuvent être prises.



QUE FAIRE ?

Prévention collective :

- Adapter les horaires de travail,
- Diminuer le rythme, reporter certains travaux,
- Augmenter le nombre de pauses dans des endroits frais,
- Éviter qu'un salarié soit isolé sur un chantier,
- Répartir des points d'eau potable,
- Fournir des boissons fraîches (*minimum 3l/jour/personne*) mais non glacées,
- Mettre des douches à disposition, si possible.

Consignes individuelles à diffuser :

- **S'hydrater 30 min avant le début du travail puis boire de l'eau sans attendre** d'avoir soif, tous les quarts d'heure, par petite quantité. Saler un peu plus les aliments (*sauf si traitement ou maladies particulières*).
- Pas d'alcool, de caféine, de repas copieux,
- **Vêtements légers** couvrants, amples, blancs de préférence,
- Se couvrir la tête, la nuque et les mouiller,
- **Se doucher.**

