

Changement climatique

Changement climatique : conditions météorologiques extrêmes - chaleur

Sur cette page

[Est-ce que la température se réchauffe?](#)

[Quels sont les effets sur la santé et la sécurité des travailleurs?](#)

[Comment un employeur peut-il se préparer à des périodes de chaleur accablante?](#)

[Quelles mesures de protection l'employeur peut-il mettre en place?](#)

[Que peuvent faire les travailleurs?](#)

[Où puis-je trouver de plus amples renseignements?](#)

Est-ce que la température se réchauffe?

Oui. Toutes les régions du Canada enregistrent des températures plus chaudes, et ces dernières continueront d'augmenter. Selon le *Rapport sur le climat changeant du Canada*, la température annuelle moyenne des terres canadiennes a augmenté d'environ 1,7 °C depuis 1948, une augmentation qui est plus prononcée dans le Nord, les Prairies et le nord de la Colombie-Britannique.

Cette augmentation de la température peut présenter des risques importants pour la santé des travailleurs en raison des problèmes de santé liés à l'exposition à la chaleur. Les employeurs ont l'obligation de prendre toutes les précautions raisonnables pour protéger leurs travailleurs et respecter les [exigences législatives](#) particulières concernant les conditions de température au travail (p. ex., les limites d'exposition en milieu de travail). Le présent document donne des conseils sur la manière de protéger les travailleurs des périodes de chaleur accablante et de rendre les environnements de travail plus sécuritaires.

Quels sont les effets sur la santé et la sécurité des travailleurs?

Chaleur

Les effets du réchauffement de la température comprennent des périodes de chaleur accablante qui peuvent causer des [problèmes de santé](#) importants, tels que de l'épuisement dû à la chaleur, des coups de chaleur et d'autres problèmes de santé liés au stress thermique.

[Une exposition à des températures élevées](#) pendant de longues périodes peut augmenter le risque de blessures dues à la fatigue, au manque de concentration, à une mauvaise prise de décision et à d'autres facteurs. Une réduction de la productivité peut également se produire.

Qualité de l'air

Les températures plus chaudes peuvent augmenter les niveaux de pollution atmosphérique et les expositions nocives pour les travailleurs, comme l'ozone troposphérique et les particules fines (le smog, par exemple). La mauvaise qualité de l'air peut être causée par l'augmentation de la lumière du soleil, le réchauffement des températures et l'accumulation de contaminants atmosphériques due à la stagnation de l'air. La présence de pollution atmosphérique combinée aux rayons ultraviolets du soleil et à la chaleur entraîne une réaction chimique qui produit de l'ozone troposphérique, nocif pour la respiration. De plus, les feux de forêt et les périodes de sécheresse (dus à la terre et à la poussière soulevées par le vent) contribuent à la mauvaise qualité de l'air. Il peut également y avoir des niveaux plus élevés de pollen allergène dans l'air en raison du prolongement de la saison pollinique et de la production accrue de pollen.

Toutes ces incidences sur la qualité de l'air sont liées à des problèmes de santé chroniques tels que les maladies respiratoires, les maladies cardiaques et les allergies.

Santé mentale

L'augmentation des températures peut provoquer des niveaux élevés de stress chez les travailleurs, y compris ceux qui travaillent dans les services d'urgence. Les personnes travaillant à l'extérieur peuvent être stressées lorsqu'elles doivent modifier leurs horaires en raison de la température, ce qui peut avoir des répercussions sur leur conciliation travail-vie personnelle.

Incidences opérationnelles

Les équipements et les matériaux, en particulier ceux utilisés à l'extérieur, peuvent subir les effets des températures plus élevées. En effet, les températures chaudes peuvent faire travailler davantage les composants de l'équipement et éventuellement les user plus rapidement. Cette surchauffe peut entraîner une augmentation des retards, des perturbations inattendues, des coûts d'entretien plus élevés et un risque accru de blessures pour les opérateurs et toute personne se trouvant autour de l'équipement.

Comment un employeur peut-il se préparer à des périodes de chaleur accablante?

Lors d'une période de chaleur accablante, les personnes qui ne sont pas encore acclimatées à la chaleur peuvent avoir plus de mal à faire face aux températures chaudes tout en effectuant leur travail. Il faut mettre en place des [Control measures](#) pour protéger les travailleurs et leur donner le temps de s'acclimater à la chaleur. Les services d'urgence, notamment les ambulanciers et les pompiers, peuvent également être débordés par le nombre excessif d'appels concernant des problèmes de santé liés à l'exposition à la chaleur. Cette augmentation du nombre de cas pourrait retarder l'arrivée des services d'urgence si un travailleur a besoin de soins médicaux immédiats (par exemple, en raison d'un coup de chaleur), d'où la nécessité pour les employeurs de protéger les travailleurs de la chaleur.

D'autres circonstances peuvent augmenter le risque de souffrir d'un problème de santé liée à l'exposition à la chaleur pendant les périodes de chaleur accablante, notamment :

- travailler dehors;
- travailler dans un bâtiment sans climatisation;
- effectuer un travail exigeant physiquement;
- travailler avec de l'équipement qui génère de la chaleur ou près de ce genre d'équipement;
- ne pas avoir accès à un endroit climatisé et fermé pour se reposer et faire des pauses;
- ne pas avoir accès à de l'eau potable froide.

Même si la chaleur accablante peut rendre tout le monde vulnérable aux problèmes de santé liés à l'exposition à la chaleur, les risques pour la santé sont plus grands pour :

- les personnes qui ont des affections chroniques, comme des difficultés respiratoires ou des problèmes cardiaques;
- les femmes enceintes
- les jeunes enfants et les adultes plus âgés.

Quelles mesures de protection l'employeur peut-il mettre en place?

Préparez-vous à la chaleur en élaborant et en instaurant un plan sur le stress thermique qui décrit les mesures nécessaires pour prévenir le stress thermique et pour faire face aux périodes de chaleur accablante. Un plan sur le stress thermique peut également faire partie de vos plans de préparation et d'intervention d'urgence. Les stratégies les plus efficaces pour protéger les travailleurs consistent à instaurer [des mesures de préventions et de protection](#) pour éliminer ou minimiser l'exposition des travailleurs à la chaleur accablante.

Les mesures de protection suivantes aideront les employeurs à résoudre les problèmes liés à la chaleur.

Protection du milieu de travail

- Éviter, dans la mesure du possible, d'effectuer un travail exigeant physiquement dans un environnement chaud (par ex., changer de lieu ou installer un système de climatisation).
- Examiner et améliorer la ventilation du bâtiment, si nécessaire (p. ex., la climatisation, les ventilateurs, les déshumidificateurs, etc.)
- Utiliser des panneaux ou des isolants pour protéger les travailleurs des équipements qui génèrent de la chaleur.
- Prévoir un endroit frais et ombragé pour les pauses.
- Veiller à ce que les travailleurs aient accès à de l'eau potable fraîche.

Planification du travail et protection particulières aux emplois

- Déterminer les tâches et les zones de travail qui peuvent présenter un risque pour les travailleurs lors d'une période de chaleur accablante.
- Consulter les prévisions météorologiques et tenir compte des avis de chaleur lors de la planification d'un travail qui se fait à l'extérieur, qui est exigeant physiquement ou qui s'effectue dans des espaces intérieurs où la température n'est pas contrôlée.
- Reporter le travail, si possible. Si le travail ne peut pas être reporté, veiller à ce que les travailleurs fassent des pauses, disposent d'un endroit frais et ombragé pour se reposer et boivent souvent de l'eau. En cas de signe de stress thermique, ils doivent arrêter immédiatement leur travail et aviser leur superviseur.
- Fournir des aides mécaniques pour réduire le niveau d'effort physique nécessaire à l'exécution des tâches (p. ex., des chariots, des appareils de levage, etc.).
- Planifier les travaux exigeants physiquement à un moment plus frais de la journée.
- Alternier, si possible, les travailleurs qui doivent travailler dans des zones chaudes ou qui doivent faire des tâches exigeantes physiquement.
- Organiser le travail de manière à réduire le rythme pour permettre plus de temps de repos et pour boire de l'eau.
- Affecter un plus grand nombre de travailleurs à une tâche afin de réduire le niveau d'effort requis par chaque travailleur.
- Porter de l'équipement de protection individuelle léger et respirant lorsque possible.

Programmes et procédures

- Élaborer un plan de lutte contre le stress thermique ou mettre à jour celui déjà en place.
 - Déterminer les moments où les mesures de protection contre le stress thermique sont nécessaires.
 - Indiquer comment la température, [l'indice humidex](#), la qualité de l'air ambiant et les autres facteurs pouvant causer un stress thermique seront surveillés.
 - Donner des précisions sur les cycles de travail et de repos (p. ex., quand raccourcir les périodes de travail et augmenter les périodes de repos).
 - Inclure des mesures de protection contre le stress thermique propres à votre environnement de travail.
- Tenir compte des périodes de chaleur accablante dans vos plans de préparation et d'intervention en cas d'urgence.
 - Veiller à ce que les superviseurs vérifient fréquemment les travailleurs pour relever les symptômes potentiels du stress thermique.
 - Veiller à ce que des travailleurs ayant suivi une formation sur les premiers soins et la réanimation cardio-respiratoire (RCR) soient présents, et à ce que les autres travailleurs savent qui ils sont et comment les contacter.
 - Développer des [procédures de premiers soins](#) pour venir en aide à une personne souffrant de stress thermique. Il faut savoir que le coup de chaleur est une urgence médicale et que les secours médicaux doivent être appelés immédiatement (911 ou services d'urgence locaux). Administrer les premiers soins jusqu'à l'arrivée des secours médicaux.
- Demander au comité de santé et de sécurité de se pencher sur les périodes de chaleur accablante et le changement climatique.
- Fournir l'accès aux ressources de santé mentale (p. ex., le PAE) et consulter les travailleurs au sujet de l'horaire, du stress et de la fatigue afin de créer un [milieu de travail qui favorise la sécurité psychologique des employés](#).

Formation

Former les superviseurs et les travailleurs pour qu'ils puissent prévenir le stress thermique et reconnaître les signes et symptômes. Tous les travailleurs doivent savoir comment réagir en cas de possible stress thermique et ce qu'il faut faire en cas d'urgence.

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter la fiche d'information Réponses SST sur [l'Exposition à la chaleur – Effets sur la santé et premiers soins](#).

Que peuvent faire les travailleurs?

- Participer à des cours et à des formations.
- Comprendre les signes et symptômes du stress thermique et savoir les reconnaître chez les autres. Prévenir immédiatement un supérieur si un travailleur commence à ressentir des signes et symptômes.
- Aviser immédiatement un superviseur de tout problème de santé et de sécurité, comme le fait de travailler à l'extérieur sous une chaleur accablante ou lorsque la ventilation est insuffisante.
- Faire des pauses dans des endroits frais et ombragés et boire beaucoup d'eau pendant les journées chaudes.
- Fournir des commentaires et des suggestions au superviseur ou au comité de santé et de sécurité (ou son représentant) sur les moyens de rendre le travail moins exigeant physiquement et plus efficace.
- Porter des vêtements légers et respirants lorsque possible.
- Porter des vêtements de protection et mettre de la crème solaire pour éviter les coups de soleil.

Où puis-je trouver de plus amples renseignements?

Veillez consulter les Fiches d'information Réponses SST suivantes :

- Exposition à la chaleur – Mesures de protection
https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/heat_control.html
- Exposition à la chaleur – Effets sur la santé et premiers soins
https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/heat_health.html
- Conditions de température – Chaleur
https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/max_temp.html
- Conditions de température – Législation
https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/temp_legislation.html
- Indice humidex et le travail https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/humidex.html
- Intervention d'urgence
<https://www.cchst.ca/topics/programs/programs/emergency/index.html>
- Cancer de la peau et le soleil
https://www.cchst.ca/oshanswers/diseases/skin_cancer.html

- Rayonnement ultraviolet
https://www.cchst.ca/oshanswers/phys_agents/ultravioletradiation.html
 - Travail dans des conditions extrêmes
https://www.cchst.ca/oshanswers/hsprograms/extreme_conditions.html
-

Date de la première publication de la fiche d'information : 2021-12-23

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2021-12-23

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.