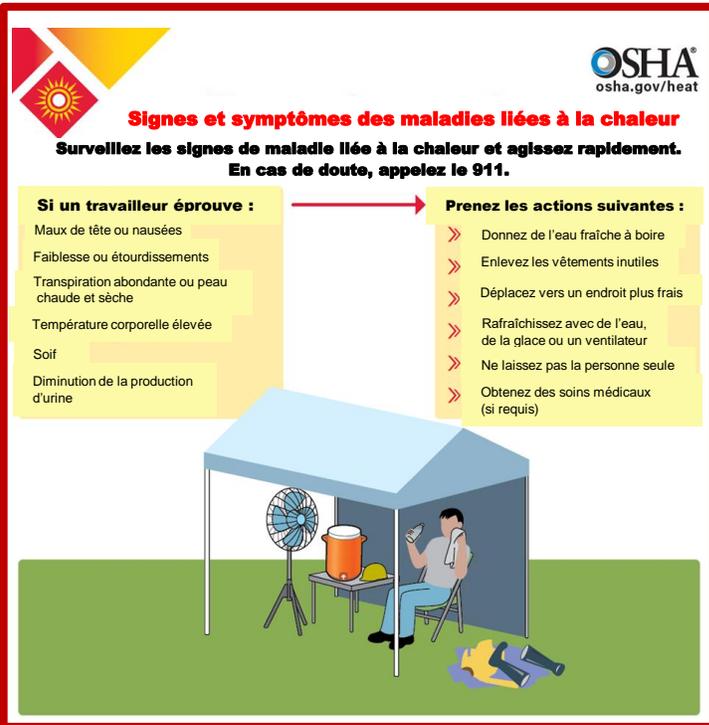


Reconnaître les signes d'une maladie liée à la chaleur

Mai 2025



OSHA
osha.gov/heat

Signes et symptômes des maladies liées à la chaleur
Surveillez les signes de maladie liée à la chaleur et agissez rapidement.
En cas de doute, appelez le 911.

Si un travailleur éprouve :	Prenez les actions suivantes :
Maux de tête ou nausées	» Donnez de l'eau fraîche à boire
Faiblesse ou étourdissements	» Enlevez les vêtements inutiles
Transpiration abondante ou peau chaude et sèche	» Déplacez vers un endroit plus frais
Température corporelle élevée	» Rafraîchissez avec de l'eau, de la glace ou un ventilateur
Soif	» Ne laissez pas la personne seule
Diminution de la production d'urine	» Obtenez des soins médicaux (si requis)

Figure 1. Signes avant-coureurs de maladies dues à la chaleur

Le 20 juillet 2020, un travailleur de 35 ans a été mortellement blessé alors qu'il travaillait sur un chantier de construction routière dans l'État de New York. La cause était une grave maladie liée à la chaleur, souvent appelée coup de chaleur. Le travailleur avait terminé sa deuxième journée de travail sur le chantier extérieur lorsqu'il s'est effondré. La température maximale ce jour-là était de plus de 90°F (32°C).

Bien que cet incident se soit produit sur un chantier de construction, il aurait pu se produire dans une raffinerie ou une usine chimique. Un opérateur chargeant un camion-citerne en plein soleil ou un technicien de maintenance soudant à l'extérieur pourraient également être victimes d'une maladie liée à la chaleur.

NOTE : Des informations supplémentaires sur les maladies liées à la chaleur sont disponibles à l'adresse suivante :

https://www.osha.gov/publications/publication-products?publication_title=heat+illness

Le saviez-vous ?

- La chaleur est la principale cause de décès liés au travail parmi toutes les conditions météorologiques dangereuses aux États-Unis. De 2011 à 2022, 479 travailleurs aux États-Unis sont morts des suites d'une exposition à la chaleur ambiante.
- Le travail à l'extérieur peut exposer les travailleurs à un ensoleillement plus intense et provoquer une déshydratation rapide.
- Les travailleurs à l'intérieur peuvent subir un stress thermique lorsqu'ils travaillent à proximité d'équipements chauds ou dans des zones mal ventilées.
- L'équipement de protection individuelle (ÉPI) peut également augmenter le stress thermique. Les combinaisons acides et les vestes de soudage peuvent emprisonner la chaleur près du corps et réduire le refroidissement par évaporation.
- Les masques respiratoires peuvent également accélérer la déshydratation.
- Les signes avant-coureurs d'une maladie liée à la chaleur et des premiers secours sont illustrés à la Figure 1.
- Les boissons contenant de la caféine telles que le café, le thé et les boissons gazeuses peuvent augmenter la déshydratation. L'eau est le meilleur choix.
- Vous pouvez être déshydraté avant d'avoir soif.

Que pouvez-vous faire ?

- Buvez de l'eau fréquemment lorsque vous travaillez à des températures plus élevées et rappelez à vos collègues de faire de même.
- Sachez reconnaître les signes avant-coureurs d'une maladie liée à la chaleur et ce qu'il faut faire lorsque vous observez ces signes.
- Surveillez vos collègues pour détecter tout signe de maladie liée à la chaleur, arrêtez-les et informez votre superviseur ou votre équipe d'intervention d'urgence si vous observez des signes avant-coureurs.
- Planifiez un travail ardu pour des périodes plus fraîches, si possible.
- Modérez les travaux à plus forte exposition à la chaleur. Trois décès sur quatre liés à la chaleur surviennent au cours des premiers jours de la semaine de travail.
- Portez toujours l'ÉPI requis, même s'il fait chaud. Cela peut nécessiter plus de pauses pour boire de l'eau et se rafraîchir.

N'ignorez pas les signes de maladie liée à la chaleur. Prenez des mesures pour vous protéger et protéger les autres.