

Sommaire :

- Les risques liés au froid
- Les mesures de prévention
- FAQ-Réponses à vos questions
- Le mot du médecin de prévention



Les risques liés au froid

De nombreux agents sont régulièrement exposés à des températures négatives dans le cadre de leur activité professionnelle (travaux extérieurs en hiver). Ces situations peuvent avoir des répercussions sur la qualité de vie au travail et provoquer des risques accrus pour les travaux en extérieur par le vent et l'humidité. Des mesures de préventions adaptées existent et permettent de limiter ces risques.

Les mécanismes de défense face au froid

Au quotidien, la température du corps humain est maintenue à 37 °C. En cas d'exposition au froid, l'organisme enclenche des mécanismes permettant de retenir la chaleur, il s'agit de la vasoconstriction cutanée. Le frisson, par exemple permet d'augmenter la production de chaleur de l'organisme. Le corps humain compense également les pertes en produisant lui-même de la chaleur en transformant notamment les aliments en énergie.

Mais lorsque le froid est trop intense et que l'exposition est prolongée, les mécanismes corporels sont moins efficaces et la température du corps finit par baisser. Et même si les parties du corps exposées développent une certaine tolérance au froid, les premiers risques apparaissent :

Les effets néfastes du froid

Les engelures et les gelures sont des lésions cutanées provoquées par le froid et peuvent avoir des conséquences graves et douloureuses pour les agents.

Les engelures sont des plaques rouges ou bleutées, enflées et plus ou douloureuses situées aux extrémités du corps (mains, pieds, nez, oreilles). La partie de la peau touchée perd sa sensibilité au toucher et lorsque la peau se réchauffe, elle devient douloureuse. Dans les cas les plus graves, la circulation sanguine s'arrête au niveau de l'engelure et les vaisseaux sanguins peuvent être détériorés.

Les engelures sont moins graves que les gelures. Elles sont des lésions localisées apparaissant en trois phases :

- ♦ phase d'installation : engourdissement des extrémités (onglée), perte de sensibilité, peau cyanosée;
- ♦ phase d'état (réchauffement) : douleurs de plus en plus fortes, phlyctènes (soulèvement de la peau, ampoules), œdèmes;
- ♦ phase de lésion constituée : l'apparition des symptômes s'échelonnent sur une plus grande période (plusieurs semaines) avec une perte de sensibilité, et dans les cas les plus graves, des nécroses qui peuvent nécessiter l'amputation des zones atteintes.

Le risque le plus important lié au froid est l'hypothermie, reconnaissable par une chute de température du corps humain inférieure à 35°C et l'apparition de frissons. L'hypothermie est une cause principale de mortalité liée à l'exposition directe au froid et doit être considérée comme une urgence grave.

Les signaux d'alerte sont les suivants :

- ◆ Symptômes généraux : frissons, atonie (manque d'énergie) ou fatigue
- ◆ Symptômes cutanés : peau froide
- ◆ Symptômes neurosensoriels : désorientation, confusion, voire perte de conscience

Lorsque ces signaux d'alertes sont repérés chez un agent, il est nécessaire d'alerter ou de faire alerter les secours : Samu (15) ou pompiers (18).

De plus, associé au froid, certains risques professionnels augmentent : glissades sur sols gelés, troubles musculo-squelettiques plus importants, troubles vasomoteurs... La pénibilité au travail est également accrue avec une fatigue plus intense, une perte de sensibilité ou encore des difficultés dans les mouvements.

Les mesures de prévention

Afin de protéger au mieux les agents, il est nécessaire de mettre en place des mesures de prévention adaptées :

- ◆ Mettre à disposition des équipements et des locaux de travail permettant l'adaptation de la température à l'organisme humain,
- ◆ Chauffer les locaux fermés affectés au travail pendant la saison froide, de manière à maintenir une température convenable,
- ◆ Eviter l'isolation des agents en mettant en place notamment un Dispositif pour Travailleur Isolé (DATI),
- ◆ Planifier les activités en extérieur aux heures les plus chaudes afin de limiter l'exposition au froid. Un régime de pause adapté permettant des temps de récupération supplémentaires peut être mis en place,
- ◆ Informer et sensibiliser les agents aux risques liés au froid, aux mesures de prévention existantes au sein de la collectivité,
- ◆ Mettre à disposition des agents des vêtements de travail adaptés et offrant un isolement thermique : bonnets, pantalons d'hiver, chaussures de sécurité antidérapantes,
- ◆ Equiper si nécessaire, les ateliers de chauffages d'appoint par rayonnement infrarouges.

S'informer

Le site du Ministère des solidarités et de la Santé met à votre disposition des supports d'informations :

- ◆ [Affiche grand froid](#)
- ◆ [Affiche très grand froid](#)

Le Centre de Gestion de la Charente met à votre disposition

- ◆ [Le guide d'instruction du plan grand froid](#)
- ◆ [La circulaire plan grand froid](#)

FAQ - Réponses à vos questions

Est-ce que l'atelier doit être chauffé, ou seulement le vestiaire et/ou la salle de pause ?

Oui, l'atelier est un local de travail et celui-ci doit être conçu de manière à permettre l'adaptation de la température à l'organisme humain pendant le temps de travail, compte tenu des méthodes de travail et des contraintes physiques supportées par les agents - *Art R. 4213-7 du Code du travail*

Le vestiaire et la salle de pause sont des locaux annexes aux locaux de travail, notamment des locaux sanitaires et de restauration, qui doivent être conçus de manière à l'adaptation de la température à la destination spécifique de ces locaux.- *Art R. 4213-8 du Code du travail*

Quelle est la température minimale pour travailler dans un atelier ?

Le code du travail est imprécis sur ce point. Il ne fournit aucune indication précise sur un seuil de température à ne pas dépasser. Du côté de la jurisprudence, plusieurs décisions ont précisé la température « minimale » sur le lieu de travail, qui varie entre **14°C et 18°C** degrés selon les cours d'appel.

Il indique que les locaux fermés affectés au travail sont chauffés pendant la saison froide. Le chauffage fonctionne de manière à maintenir une température convenable et à ne donner lieu à aucune émanation délétère - *Art R. 4223-13 du Code du travail*

Des recommandations de l'INRS ont été prescrites :

Les températures moyennes acceptables dans les locaux de travail pour les activités physiques :

- légères : **18 à 20 °C** ;
- intenses : **15 à 17 °C**.

Les ateliers doivent donc être maintenus à une température minimale de **15 °C**.

Est-ce qu'un bureau doit être chauffé?

Oui, un bureau est considéré comme un local de travail à part entière. Il doit être conçu de manière à permettre l'adaptation de la température à l'organisme humain pendant le temps de travail.

Le mot du médecin de prévention

En cette période encore difficile par rapport au virus Covid19, se propose comme chaque année la vaccination anti-grippale.

Si elle ne protège pas de l'infection Covid19, elle présente des avantages habituels :

- évite l'infection grippale ou diminue l'intensité des symptômes et/ou leur durée,
- diminue la mortalité liée à l'infection grippale.

Et des avantages spécifiques à la période :

- éviter la co-morbidité grippe/covid car il est légitime de penser qu'une altération, liée à une des infections, rende plus facile de contracter l'autre infection,
- éviter de devoir bénéficier de soins spécifiques hospitaliers qui risquent d'être saturés par les patients atteints de l'infection Covid.

Dr JAMMET