



COMMUNIQUÉ

Pour publication immédiate

2011/07/19

Pour renseignements : Mary Tucker
Responsable des Communications
Travail sécuritaire NB
Téléphone : 506 632-2828 ou 1 800 222-9775

LES EXCÈS DE CHALEUR PEUVENT TUER – APPRENEZ À RECONNAÎTRE LES SIGNES!

L'été est enfin arrivé! Selon l'agent principal de contrôle de Travail sécuritaire NB, Richard Blais, les travailleurs qui effectueront des travaux à la chaleur cet été doivent connaître les risques associés au stress dû à la chaleur.

« Les personnes qui travaillent à l'extérieur ne sont pas les seules qui sont à risque », a expliqué M. Blais. « Il y a également celles qui travaillent dans un environnement chaud ou humide comme les boulangeries, les cuisines de restaurant, les fonderies, les buanderies et les usines de papier. Un excès de chaleur causé par des températures extérieures élevées et une accumulation de chaleur à l'intérieur peut être mortel. »

« Qu'ils travaillent à l'intérieur ou à l'extérieur pendant les mois d'été, les travailleurs doivent écouter leur corps, et apprendre à reconnaître les trois principales formes d'excès de chaleur ainsi que leurs symptômes. »

Voici les symptômes à surveiller :

- Crampes de chaleur – spasmes musculaires douloureux, transpiration excessive
- Épuisement par la chaleur – maux de tête; étourdissements; faiblesses et nausées; peau moite et froide
- Coups de chaleur – peau chaude et sèche; rougeur de la peau; maux de tête violents; confusion; délire; convulsions et évanouissements

« Le fait de reconnaître les signes du stress dû à la chaleur et de connaître les premiers soins à dispenser peut représenter la différence entre la vie et la mort », a souligné M. Blais, tout en rappelant aux employeurs qu'il s'agit d'obligations en vertu des articles 22 et 23 du *Règlement général 91-191* établi en vertu de la *Loi sur l'hygiène et la sécurité au travail*.

« La meilleure façon de traiter le stress dû à la chaleur est de le prévenir », a-t-il précisé. Il offre les conseils de base suivants à titre de mesures de prévention :

- Mesures d'ingénierie : Il existe de l'équipement (moniteur de stress thermique) pour surveiller le niveau de stress à des endroits où la température est élevée à l'intérieur ou à l'extérieur. La ventilation et les systèmes de ventilation par aspiration à la source aux endroits où la chaleur est élevée peuvent aider. Le blindage est nécessaire pour protéger les travailleurs contre les sources de chaleur rayonnante. Le refroidissement par évaporation et la réfrigération mécanique, ainsi que le refroidissement par ventilateur,

peuvent également réduire la chaleur. La modification d'équipement, l'usage d'outils électriques pour réduire les travaux manuels, et les appareils de refroidissement individuels ou vêtements protecteurs peuvent aussi aider à réduire les risques associés à l'exposition à la chaleur.

- Buvez beaucoup de liquide – Buvez beaucoup avant de commencer à travailler et à peu près 250 ml (une tasse) à toutes les 20 minutes pendant que vous travaillez. L'eau ou les liquides légèrement salés représentent le meilleur choix.
- Augmentez votre consommation de sel légèrement – Le sel dans la plupart des mets préparés devrait être suffisant, mais si vous travaillez dans des conditions extrêmes, buvez des liquides qui sont légèrement salés.
- Portez des vêtements appropriés – Portez des vêtements amples et de couleur pâle de façon à ce que votre peau ne soit pas trop exposée. Si vous allez au soleil, portez un chapeau et appliquez de l'écran solaire sur la peau non recouverte.
- Prenez votre temps – Commencez à travailler lentement en prenant de courtes pauses fréquemment. Augmentez progressivement la fréquence, l'intensité ou la durée de vos tâches à mesure que le niveau de confort s'améliore.

Au sujet de Travail sécuritaire NB

Travail sécuritaire NB administre une assurance sans égard à la responsabilité contre les blessures subies au travail et l'incapacité au travail pour les employeurs et leurs employés, financée uniquement à partir du revenu tiré des cotisations des employeurs. Il est engagé à prévenir les blessures subies au travail et les maladies professionnelles par le biais de l'éducation et de l'application de la *Loi sur l'hygiène et la sécurité au travail*.