

III

ÊTRE INFORMÉ SUR LES FACTEURS AGGRAVANTS

- ★ MÉDICAMENTS / TOXIQUES,
susceptible d'altérer la régulation thermique.
- ★ CAFÉINE.
- ★ GROSSESSE : période de grande vulnérabilité.
- ★ TRAVAIL EN EXTÉRIEUR.
- ★ ÂGES EXTRÊMES (personnes âgées, enfants).

IV

S'ÉQUIPER DE PROTECTION INDIVIDUELLE (EPI)

- ★ Parka ou doudoune et gants fourrés
à l'entrée des chambres froides.
- ★ Plusieurs couches de vêtements. Le plus près
du corps est isolante pour éloigner l'humidité.
- ★ Vêtements en fonction de la mobilité,
dextérité optimale.
- ★ Bonne protection thermique de la tête,
des mains.
- ★ Chaussures antidérapantes
avec une bonne isolation thermique.
- ★ Vêtements imperméables (confortables).

V

SUIVRE DES FORMATIONS ADAPTÉES

Connaître les risques
liés au travail dans le froid.

Formation aux premiers secours.

Pour toutes questions relatives
à votre état de santé, n'hésitez pas à vous
rapprocher du médecin du travail
et/ou de l'infirmièr(e) en santé au travail.

Centre De Gestion de la Fonction
Publique Territoriale de Loire-Atlantique
6 rue du Pen Duick II - CS.66225
44262 Nantes cedex 2
www.cdg44.fr

cataloguedesprestations.cdg44.fr

Direction Qualité de Vie
et Conditions de travail
Service médecine du travail
Tel standard : 02.40.20.00.71
medecine@cdg44.fr



CDG44 - QVCT - Dév. Ter. - 07/2022



LES AMBIANCES THERMIQUES

EXPOSITION AU FROID



I

Connaître les risques
liés au froid

II

Suivre nos conseils
de prévention

III

Être informé sur les facteurs
aggravants

IV

S'équiper de
protection individuelle (EPI)

V

Suivre des formations
adaptées

LES AMBIANCES THERMIQUES

concernent le travail avec exposition à la chaleur et au froid.



Aucune réglementation n'existe.

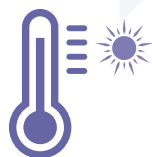
Le ressenti individuel dépend de l'humidité, de la ventilation et de plusieurs autres variables. Dans des conditions standard, les limites estimées de confort peuvent être celles figurant ci-dessous.

LES LIMITES DE CONFORT



17°C

en intérieur, statique.



34°C

en extérieur (très dépendant de l'humidité ambiante)

I

CONNAÎTRE LES RISQUES LIÉS AU FROID

- ★ HYPOTHERMIE (-de 35°C corporel et tremblements).
- ★ ENGELURES ET LÉSIONS CUTANÉES.
- ★ MAINS ET PIEDS BLANCS ET GLACÉS.
- ★ ROUGEUR EXCESSIVE DES EXTRÉMITÉS.
- ★ TROUBLES DE LA CONSCIENCE.
- ★ DIMINUTION DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE, DE LA FRÉQUENCE VENTILATOIRE ET DE LA TENSION ARTÉRIELLE.



II

SUIVRE NOS CONSEILS DE PRÉVENTION



- ★ Soyez vigilant lorsque la température extérieure est **inférieure à 5°C**.
- ★ Organisez vos activités en tenant compte de la **météo** autant que possible.
- ★ **Ne travaillez pas seul.**
Dotez-vous de système de communication et / ou de dispositif d'alarme.
- ★ Consommez des **boissons chaudes**.
- ★ **Privilégiez** la manutention manuelle.

