

L'exposition au froid – soit dans un environnement naturel ou artificiel – peut engendrer un malaise, un rendement réduit et de sérieux risques pour la santé, comme une engelure ou l'hypothermie. Une bonne préparation, l'identification précoce des symptômes et des stratégies efficaces pour y remédier sont essentielles pour éviter les blessures causées par le froid.

RISQUES

- Environnements froids :
 - o Les conditions hivernales à l'extérieur ou dans des espaces intérieurs comme les entrepôts refroidis.
- Surfaces glacées :
 - o Marcher sur la glace augmente le risque de faux pas et de chutes.
- Refroidissement éolien et courants d'air :
 - o Le vent accélère la perte de chaleur corporelle, ce qui fait en sorte que la température ressentie est inférieure à la température réelle.
- Vêtements humides :
 - o L'humidité causée par la transpiration ou l'eau de l'extérieur réduit l'isolation et augmente la perte de chaleur.
- Immersion en eau froide :
 - o L'eau sape la chaleur du corps 25 fois plus rapidement que l'air, ce qui augmente considérablement le risque d'hypothermie.
- Fatigue :
 - o Le travail dans des environnements froids peut vous épuiser physiquement, ce qui ralentit les temps de réaction et réduit la vigilance.
 - o Un travailleur fatigué a une capacité réduite de maintenir sa chaleur corporelle et pourrait ne pas reconnaître les signes précoces du stress dû au froid.



LE SAVIEZ-VOUS?

D'après le Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST), des milliers d'incidents de stress dû au froid se produisent chaque année, et un grand nombre d'entre eux pourraient être évités grâce à une préparation et une protection adéquates.

MESURES À PRENDRE

- Déplacez le travail à l'intérieur
 - o Quand cela est possible, déplacez les tâches à effectuer dans un environnement chaud.
 - o Utilisez des machines et de l'équipement permettant aux travailleurs de rester dans une cabine chauffée.
 - o Rotation des tâches, où les employés travaillent en alternance dans des environnements froids et chauds afin de limiter l'exposition.
 - o Planifiez le travail hivernal extérieur pendant la partie la plus chaude de la journée.
- Aires de réchauffement
 - o Fournissez des abris chauffés où les travailleurs peuvent prendre des pauses pour rétablir la chaleur corporelle.
 - o Des pare-vent, comme un mur ou un brise-vent naturel, peuvent être utilisés pour réduire le refroidissement éolien.
- Outils compatibles avec le froid
 - o Fournissez aux travailleurs des outils qui peuvent être utilisés avec des gants isolants ou des mitaines.
- Produit de déglacage ou sable :
 - o Un produit de déglacage est efficace à certaines températures pour éliminer la glace ou l'empêcher de se former.
 - o Le sable est utile par temps plus froid pour créer une traction additionnelle sur une surface glacée.



- Formation sur les maladies liées au stress dû au froid :
 - o Assurez-vous que les travailleurs reconnaissent les symptômes du stress dû au froid, comme les frissons, la confusion et l'engourdissement, et qu'ils puissent y réagir.

(suite)

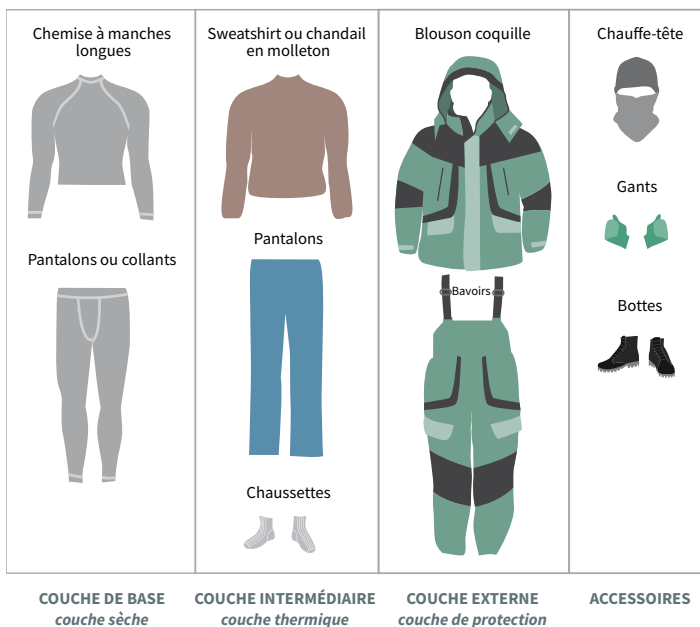


» RISK. PROFESSIONALLY MANAGED.

Téléphone : 204-632-6600 | Courriel : info@rpmsafety.ca | Site Web : www.rpmsafety.ca

25, rue Bunting, Winnipeg (MB) R2X 2P5

- Dosez la charge de travail
 - o Évitez le surmenage, ce qui engendre la transpiration et une perte de chaleur accélérée.
- Hydratation et nutrition :
 - o Privilégiez les liquides chauds sans caféine.
 - o Mangez des aliments à haute teneur énergétique pour maintenir la température corporelle.
- Système de vêtements multicouche :
 1. Couche de base : Tissu qui évacue l'humidité (p. ex., laine synthétique ou mérinos) pour garder la peau sèche.
 2. Couche thermique (intermédiaire) : Matériau isolant comme le molleton ou le duvet pour retenir la chaleur corporelle.
 3. Couche externe : Couche externe imperméable et à l'épreuve du vent pour vous protéger contre les intempéries.



- Protégez les extrémités :
 - o Portez des gants isolants, chaussettes thermiques, cagoules, tuques et passe-montagnes pour protéger les oreilles, le nez, les doigts et les orteils – les parties les plus vulnérables à l'engelure.
- Bottes de sécurité pour l'hiver :
 - o Portez des bottes isolantes imperméables avec semelles antidérapantes.
- Crampons à glace :
 - o Pour une traction supplémentaire sur les surfaces recouvertes de glace.

LÉGISLATION

RÈGLEMENT SUR LA SÉCURITÉ ET LA SANTÉ AU TRAVAIL DU MANITOBA,

- Partie 4.12 : Quand un lieu de travail ou un processus de travail expose un travailleur à des conditions chaudes ou froides pouvant créer un risque pour sa sécurité ou sa santé, l'employeur doit instaurer des procédures de travail sécuritaire et des mesures de contrôle pour garantir que le travailleur ait accès à des informations, des directives et de la formation concernant les symptômes liés au stress thermique et les précautions à suivre afin d'éviter les blessures causées par ces conditions.

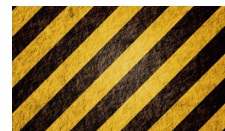
CODE CANADIEN DU TRAVAIL, PARTIE II

- Le paragraphe 125 Obligations des employeurs, 125(1)(n) exige que l'aération, l'éclairage, la température, l'humidité, le bruit et les vibrations soient conformes aux normes réglementaires.

PRÉVENTION

Le travail hivernal n'est pas nécessairement dangereux lorsque vous y êtes préparé. Quand vous vous habillez de façon appropriée, reconnaissez les dangers et adoptez des pratiques de travail sécuritaires, vous pouvez vous protéger vous-même et vos collègues de travail des blessures dues au froid. La meilleure façon de vous protéger, c'est de vous préparer : ayez un plan, restez vigilant et prenez le temps de travailler en toute sécurité cet hiver.

BESOIN DE PLUS D'INFORMATIONS? RPM PEUT VOUS AIDER!



[Identification des dangers et contrôle des risques](#)

Reconnaitre les éléments qui menacent la sécurité des travailleurs sur leur lieu de travail constitue la première étape pour garantir leur sécurité. Ce cours permet aux élèves d'acquérir les connaissances pratiques nécessaires pour déterminer, évaluer et contrôler les éléments dangereux propres à leur lieu de travail afin qu'ils puissent participer à la prévention des incidents dangereux.



[Faux pas, trébuchements, chutes, entorses et foulures](#)

Les faux pas, les trébuchements et les chutes comptent parmi les principales causes de blessures dans l'industrie du camionnage. Ce cours fournit de l'information sur certaines des causes et des mesures préventives pertinentes à l'industrie du camionnage, qui s'appliquent au lieu de travail ou à la vie quotidienne. Il aborde aussi les entorses et les foulures comme cause ou effet des faux pas, trébuchements et chutes.



RPM RISK. PROFESSIONALLY MANAGED.

Téléphone : 204-632-6600 | Courriel : info@rpmsafety.ca | Site Web : www.rpmsafety.ca

25, rue Bunting, Winnipeg (MB) R2X 2P5