

# LE FROID HIVERNAL : UN FACTEUR AVEC LEQUEL IL FAUT COMPOSER !



PAR **Francine Gauvin**

De nombreuses situations de travail au froid peuvent engendrer des conséquences plus ou moins graves pour la santé du travailleur. Une bonne analyse des activités de travail, dans un environnement froid, est fondamentale pour permettre l'identification des risques et la planification du travail à l'extérieur.

## **LE FROID, LE VENT ET L'HUMIDITÉ : ÊTRE INFORMÉ POUR ÉVITER DE GELER !**

Il importe de rappeler, aux employés, les effets du froid sur leur santé (voir page 4), afin qu'ils reconnaissent les signes avant-coureurs d'une hypothermie. Ils doivent avoir, à leur disposition, de la documentation, ainsi que des recommandations pour les postes les plus à risque. Il est également important que les employés soient informés des conditions climatiques extérieures, d'heure en heure, en plaçant un thermomètre à l'extérieur ou en ayant un tableau afficheur (intérieur ou extérieur), qui indique l'évolution de la température, tout au long de la journée, en tenant compte du facteur de refroidissement éolien et de l'humidité. Informez vos employés du type de vêtement à porter (voir page 6) selon les conditions climatiques et la durée du travail qu'ils doivent effectuer à l'extérieur. Un guide fort intéressant, de la CSST<sup>1</sup>, suggère un maximum d'heures de travail à exécuter à l'extérieur, selon la température et la vitesse du vent. Il peut être utile de le consulter pour planifier les travaux. En cas de froid extrême, pensez à émettre des consignes claires qui peuvent aller jusqu'à la suspension des travaux.

## **BOUGEZ, ÇA RÉCHAUFFE ! TOUJOURS CALIBRER CETTE PETITE MACHINE HUMAINE !**

Nous savons tous qu'un travailleur qui effectue un travail sédentaire au froid (ex. : surveillant de télésiège en haut d'une pente de ski) gèlera plus vite que celui qui s'active continuellement (ex. : celui qui retient le télésiège en bas de

la piste et ajoute de la neige au besoin; il bouge et marche constamment). La durée du travail réalisé à l'extérieur devra tenir compte des activités requises. Ainsi, par temps très froid, limitez le travail sédentaire et prévoyez des rotations de postes. Alternez les périodes de travail et de réchauffement. Limitez le travail intense et la manutention de charges répétitives pour éviter la transpiration, en répartissant la charge physique entre les travailleurs. Si une cadence élevée est nécessaire, prévoyez des périodes de repos adéquates dans un endroit chaud, ce qui permettra, entre autres, aux travailleurs, dont les vêtements sont mouillés, de se changer.

Si le travail doit s'effectuer de façon continue à des températures en dessous du point de congélation, prévoyez, si possible, de chauffer le poste de travail, de disposer d'abris chauffés ou d'abris contre le vent à proximité du poste de travail.

## **ÉVITEZ LES TOUCHÉS QUI FONT FRISONNER...**

Certaines surfaces conduisent le froid, particulièrement les surfaces métalliques. Les toucher à mains nues ou s'y assoir peuvent augmenter l'inconfort (ex. : siège, poignées, barres d'appui). Recouvrez-les avec des matériaux isolants (ex. : caoutchouc, siège chauffant pour charriot élévateur). Achetez ou concevez la machinerie, les outils pour faire en sorte que les employés puissent travailler en conservant leurs gants ou leurs mitaines (ex. : en prévoyant des manettes ou des dispositifs plus gros). S'il faut absolument travailler à mains nues (ex. : mécanicien d'avion), consultez les tableaux du guide de la CSST pour savoir combien de temps un employé peut demeurer à l'extérieur sans gants, ce qui est relativement court. Et, surtout, n'oubliez pas les pieds ! Isolez-les du froid, voyez si vous pouvez chauffer les planchers, utiliser du matériel isolant et

antidérapant, ou disposer de bottes ou de gants chauffants. Demandez-vous également si vous pouvez mécaniser certains procédés pour diminuer l'effort physique et la durée d'exposition au froid.

## **EFFECTUEZ LE TRAVAIL À DEUX, C'EST MIEUX !**

Si possible, faites en sorte qu'un travailleur exposé au froid ne soit pas isolé en formant, par exemple, des équipes de deux. Ceux-ci pourraient mieux s'observer et être à l'affût des symptômes de l'hypothermie. Ou encore, augmentez le niveau de supervision. Si l'employé travaille seul (ex. : conducteur de camion lourd sur une route isolée dans le Grand-Nord), mettez en place un système de communication bidirectionnel où il pourra continuellement s'informer de la météo et de l'état des routes, et échanger avec d'autres travailleurs. Pour les travailleurs isolés, prévoyez aussi, dans des situations qui le nécessitent, des dispositifs d'alarme.

En résumé, pour le travail au froid, il s'agit d'envisager le même processus de prévention que pour les autres types de risques en entreprise. Il faut identifier les activités à risque et choisir les mesures préventives et administratives pour bien contrôler les impacts du froid et... survivre à l'hiver !

1. CSST. *Contrainte thermique/le froid*, p. 8 et 13 (DC 200-16182-5(09-01)).  
Note – Vous pouvez aussi consulter le tableau du Service météorologique du Canada sur le refroidissement éolien.