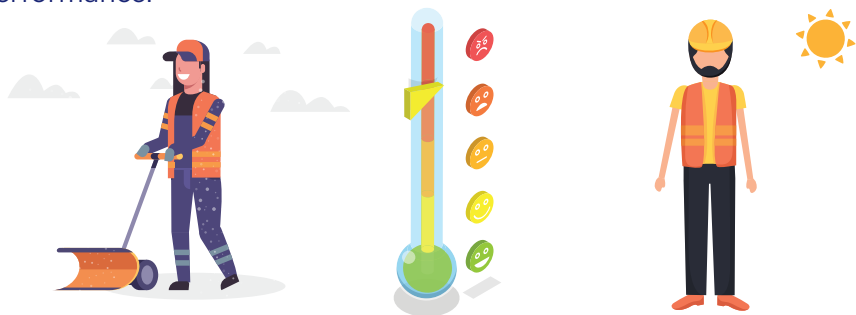


Définition

Les températures extrêmes sont celles qui s'éloignent significativement de la zone de confort thermique de l'être humain (environ 18-26°C). Travailler dans des environnements très chauds ou très froids peut mettre en danger la santé physique, la sécurité et réduire la performance.



Métiers les plus exposés



Travail en extérieur :
BTP, agriculture, voirie,
sécurité, teinturerie



Travail minier



Cuisines industrielles



**Sidérurgie,
fonderie, verrerie**



**Travail en zones
désertiques ou en
haute montagne**



**Personnel de
maintenance
d'installations
thermiques**



Chambres froides
(industrie
agroalimentaire,
logistique)



**Travaux exposant
au rayonnement
thermique**
(verre ou métal portés
à incandescence)

Risques encourus

En forte chaleur : 

- Coup de chaleur (urgence vitale)
- Déshydratation, crampes, épuisement
- Perte de vigilance, erreurs
- Malaises, chutes

En grand froid : 

- Engelures
- Hypothermie
- Troubles circulatoires
- Fatigue accrue
- Rigidité musculaire, risque accru d'accidents



Pathologies associées

- Troubles cardio-vasculaires
- Problèmes rénaux (liés à la déshydratation)
- Brûlures thermiques ou gelures
- Troubles musculosquelettiques aggravés par le froid
- Stress thermique chronique
- Lésions oculaires (liées au rayonnement thermique)

Moyens de prévention

- Évaluer les conditions climatiques (température, humidité, rayonnement solaire)
- Adapter les horaires de travail (éviter les pics de chaleur ou de froid)
- Accorder **des temps de pause** réguliers dans des zones climatisées ou chauffées
- **Hydratation régulière** et mise à disposition d'eau potable
- Fournir des **EPI adaptés** : vêtements isolants ou respirants, lunettes, gants
- Informer et former les travailleurs sur la conduite à tenir en cas de température extrêmes et sur l'utilisation correcte des EPI
- Sensibiliser les travailleurs aux signes d'alerte
- Limiter les temps d'exposition et assurer la rotation des postes
- Prévoir **une période d'acclimatation** avant les travaux lourds
- Augmenter la fréquence des pauses de récupération
- Aménager des **aires de repos climatisées ou chauffées**
- Établir une **procédure d'urgence** en cas de malaise lié à la chaleur ou au froid

Réglementation applicable

Articles 281 à 282 du Code du travail marocain

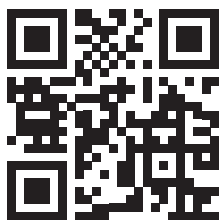
Tableau 2.2 des maladies professionnelles : affections oculaires dues au rayonnement thermique

Obligation de mise à disposition :

- d'eau potable
- d'équipements de protection adaptés
- de prise en compte du stress thermique dans l'évaluation des risques

« Dans les environnements très chauds ou très froids, votre sécurité est prioritaire »

Portez les équipements de protection adaptés et hydratez-vous régulièrement



www.incvt.ma



المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
Institut National des Conditions de Vie au Travail