

# Exposition à la chaleur

## Conditions de température - Chaleur

### Sur cette page

[Est-ce qu'il existe une limite de température acceptable pour les travailleurs dans le cadre de leurs fonctions?](#)

[Quels sont les signes avant-coureurs d'un coup de chaleur?](#)

[Pourquoi la réglementation ne prévoit-elle pas de température maximale acceptable?](#)

[Y a-t-il des directives générales au sujet de la température?](#)

[Quelles sont les limites d'exposition à la chaleur en milieu de travail?](#)

[Qu'en est-il de l'humidex?](#)

[Que faut-il faire quand le temps est très chaud ou très humide?](#)

[Où peut-on trouver de plus amples renseignements?](#)

---

## Est-ce qu'il existe une limite de température acceptable pour les travailleurs dans le cadre de leurs fonctions?

Dans la plupart des cas, pas vraiment. La loi n'établit pas toujours clairement l'éventail des températures acceptables au travail, surtout pour ce qui concerne les fonctions exercées en plein air.

Dans certains cas, la législation prévoit toutefois une série de températures acceptables dans diverses circonstances. Dans le contexte du stress thermique, les valeurs limites d'exposition (TLVMD) publiées par l'American Conference of Governmental Industrial Hygienists (ACGIH) ont été adoptées officiellement comme seuils d'exposition acceptable au travail dans certains secteurs de compétence, tandis que dans d'autres secteurs de compétence, les valeurs TLVMD servent plutôt de lignes directrices. Voir la fiche d'information [Conditions de température – Législation](#) pour consulter la liste des lois dans chaque secteur de compétence.

Le présent document porte sur le travail effectué dans des conditions de chaleur. Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet du travail dans d'autres conditions, veuillez consulter les fiches d'information Réponses SST sur les [conditions de température – Froid](#), le [confort thermique au bureau](#) et l'[indice humidex et le travail](#).

# Quels sont les signes avant-coureurs d'un coup de chaleur?

Dans un environnement très chaud, le coup de chaleur constitue la plus grande préoccupation sur le plan de la santé et de la sécurité. Sans aide médicale immédiate, un coup de chaleur peut être fatal. L'épuisement par la chaleur et l'évanouissement (syncope) sont aussi des problèmes de santé liés à la chaleur. Ces problèmes de santé ne sont pas fatals, mais ils peuvent nuire à la capacité de travailler.

Les personnes aux prises avec un coup de chaleur sont incapables d'en reconnaître les symptômes lorsqu'ils surviennent. Par conséquent, la survie de ces personnes dépend de la mesure dans laquelle leurs collègues parviennent à reconnaître leurs symptômes et à obtenir des secours médicaux.

Même si les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre, les signes avant-coureurs d'un coup de chaleur peuvent comprendre des plaintes de fatigue soudaine et grave, des nausées, des étourdissements et des vertiges, avec ou sans transpiration. En milieu de travail, si un(e) collègue semble désorienté(e), confus(e) (y compris des signes d'euphorie) ou encore, s'il ou si elle présente des symptômes inexplicables d'irritabilité, de malaise ou de grippe, il faut accompagner cette personne dans un endroit frais et obtenir immédiatement de l'aide médicale.

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter nos fiches d'information Réponses SST portant sur les [conditions de température – Froid](#) et le [confort thermique au bureau](#), et l'[indice humidex et le travail](#).

---

## Pourquoi la réglementation ne prévoit-elle pas de température maximale acceptable?

Dans les faits, les recommandations sur l'exposition aux températures élevées ou les limites d'exposition à la chaleur en milieu de travail dépendent d'un certain nombre de facteurs, pas seulement de la température. Ces autres facteurs comprennent les éléments suivants :

- l'humidité relative
- l'exposition au soleil ou à d'autres sources de chaleur
- l'importance des mouvements d'air
- les exigences du travail – c.-à-d. la mesure dans laquelle le travail est exigeant
- la question de savoir si le travailleur est habitué à effectuer ce travail dans ces conditions
- les vêtements portés (y compris les vêtements de protection)
- le cycle de travail-repos (proportion en pourcentage du temps consacré au travail par rapport à la proportion en pourcentage du temps consacré au repos).

## Y a-t-il des directives générales au sujet de la température?

Oui. Deux types de limites d'exposition sont souvent utilisées : les limites d'exposition en milieu de travail et les limites de confort thermique.

Les limites d'exposition en milieu de travail visent à protéger les travailleurs industriels des problèmes de santé liés à la chaleur. Pour des situations de travail hors bureau, les organismes de santé et de sécurité au travail recourent généralement aux valeurs limites d'exposition (TLVMD) dans le contexte du stress thermique et de la fatigue due à la chaleur publiées par l'American Conference of Governmental Industrial Hygienists (ACGIH). Comme il a été signalé précédemment, certains secteurs de compétence canadiens ont adopté les valeurs TLVMD comme limites d'exposition en milieu de travail et s'en servent pour le contrôle du stress thermique au travail.

Ces limites sont exprimées en unités de température du thermomètreglobe mouillé (WBGT), mesurées en degrés Celsius (°C). L'unité de WBGT tient compte des facteurs environnementaux, notamment la température de l'air ambiant, l'humidité et le mouvement de l'air, qui contribuent à la perception de chaleur chez les gens. Dans certains cas, la charge solaire (chaleur dégagée par des sources rayonnantes) est également prise en compte pour déterminer la WBGT. La mesure doit être établie par des professionnels qualifiés, qu'il s'agisse de personnel interne, d'experts-conseils ou de représentants de l'autorité locale en matière de santé et sécurité. Il est possible d'obtenir de plus amples renseignements au sujet des unités WBGT dans la fiche d'information Réponses SST [Exposition à la chaleur – Mesures de protection](#).

Ces limites de confort thermique, qui sont destinées au travail de bureau, visent à faire en sorte que les travailleurs soient productifs et à ce qu'ils réalisent du travail de qualité. Veuillez consulter le document Réponses SST [Confort thermique au bureau](#) pour obtenir de plus amples renseignements sur les températures ambiantes au bureau.

---

## Quelles sont les limites d'exposition à la chaleur en milieu de travail?

Le document « 2023 TLVs® and BEIs® » de l'ACGIH (ou le livret le plus récent) contient les critères d'évaluation recommandés pour l'exposition au stress thermique chez les travailleurs (tableau 1). Cette publication « 2023 TLVs® and BEIs® » (ou le livret le plus récent) et le document « Documentation of TLVs® and BEIs® » contiennent de plus amples renseignements sur ces critères d'évaluation, les catégories d'exigences du travail, ainsi que des directives pour limiter et gérer la fatigue due à la chaleur.

**Tableau 1**

**Critères d'évaluation de l'ACGIH à l'aide de l'indice de température au thermomètre globe mouillé (WBGT) pour les travailleurs acclimatés et non acclimatés (indice WBGT en °C)**

Répartition du travail dans un cycle travail-repos	Valeur TLV®				Limite d'activité			
	Léger	Modéré	Lourd	Très lourd	Léger	Modéré	Lourd	Très lourd
75 à 100 %	31,0	28,0	--	--	28,0	25,0	--	--
50 à 75 %	31,0	29,0	27,5	--	28,5	26,0	24,0	--
25 à 50 %	32,0	30,0	29,0	28,0	29,5	27,0	25,5	24,5
0 à 25 %	32,5	31,5	30,5	30,0	30,0	29,0	28,0	27,0

**Remarques :**

Ce tableau a été conçu pour servir d'outil d'évaluation en vue de déterminer s'il y a un stress attribuable à la chaleur. L'ACGIH précise que ce tableau est plus protecteur que les valeurs TLV® ou les limites d'activité. Parce que les valeurs du tableau sont plus protectrices, elles n'ont pas pour objet de définir les périodes prescrites de travail et de repos.

On suppose une semaine de travail de cinq jours à raison de huit heures par jour avec des pauses conventionnelles.

Les valeurs TLV® se fondent sur des suppositions à l'effet que les travailleurs exposés à ces conditions s'hydratent adéquatement, qu'ils ne prennent aucun médicament, qu'ils portent des vêtements légers et qu'ils sont généralement en bonne santé.

Voir le livret sur les TLV® pour obtenir plus de directives et d'information.

**Exemples de types de travail :**

**Repos – assis**

**Travaux légers** – commander de la machinerie en position assise ou debout; travail manuel léger avec les mains ou les bras (p. ex. utiliser un banc de scie); marche occasionnelle; conduite automobile.

**Travaux d'intensité modérée** – activité d'intensité modérée et soutenue exécutée avec les mains et les bras; activité de poussée et de traction légère; marche d'intensité modérée ou encore, activité d'intensité modérée exécutée avec les bras, les jambes et le tronc.

**Travaux d'intensité élevée** – activité intense exécutée avec les bras et le tronc; travail au pic et à la pelle; creuser, transporter, pelleter, pousser et tirer de lourdes charges; marcher rapidement.

**Tableau 1**

**Critères d'évaluation de l'ACGIH à l'aide de l'indice de température au thermomètre globe mouillé (WBGT) pour les travailleurs acclimatés et non acclimatés (indice WBGT en °C)**

**Travaux d'intensité très élevée** – activité très intense effectuée à un rythme intense ou maximal.

Adaptation de 2023 TLVs® and BEIs® - Threshold Limit Values for Chemical Substances and Physical Agents and Biological Exposure Indices. Cincinnati : American Conference of Governmental Industrial Hygienists (ACGIH), 2023, pages 239 à 247.

---

## Qu'en est-il de l'humidex?

Le service de prévision météorologique d'Environnement Canada se sert de l'indice humidex pour renseigner la population au sujet des températures chaudes. L'indice humidex quantifie l'inconfort, ressenti chez les humains, qui s'attribue à la chaleur perçue. À cette fin, cet indice tient compte des effets de la température de l'air et de l'humidité relative. Pour une température donnée, l'humidex augmente à mesure qu'augmente l'humidité relative (teneur en humidité) de l'air.

Veuillez consulter la fiche d'information Réponses SST sur l'[Indice humidex et le travail](#) pour obtenir de plus amples renseignements.

---

## Que faut-il faire quand le temps est très chaud ou très humide?

Les employeurs ont le devoir de prendre toutes les précautions raisonnables pour veiller à ce que le milieu de travail soit sécuritaire pour les travailleurs. Ce devoir englobe des mesures efficaces pour protéger les travailleurs contre les problèmes de santé attribuables à un stress thermique dans les cas où il n'est pas matériellement possible de maîtriser les conditions intérieures de façon satisfaisante ou dans les cas où le travail s'effectue en plein air.

Certaines mesures peuvent être prises pour réduire l'inconfort. Les voici :

- Utiliser des ventilateurs ou des appareils de climatisation ou permettre l'accès à des zones plus fraîches lors des pauses.
- Porter de vêtements légers et amples.
- Prendre des pauses plus fréquentes.
- Boire des boissons froides (sans caféine ni alcool).

- Établir un horaire souple prévoyant la réalisation des activités les moins exigeantes pendant les périodes de températures plus élevées.
- Utiliser des écrans et des parasols pour créer de l'ombre.

Il est possible de consulter de plus amples renseignements au sujet des moyens de se protéger contre le stress thermique dans la fiche d'information Réponses SST [Exposition à la chaleur – Mesures de protection](#).

---

## Où peut-on trouver de plus amples renseignements?

Veillez consulter les renseignements contenus dans les fiches d'information Réponses SST que voici :

- [Conditions de température – Froid](#)
  - [Conditions de température – Législation](#)
  - [Exposition à la chaleur – Effets sur la santé et premiers soins](#)
  - [Exposition à la chaleur – Mesures de protection](#)
  - [Indice humidex et le travail](#)
  - [Confort thermique au bureau](#)
- 

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2023-08-22

## Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.