



# FICHE DE RISQUE - FROID

Direction de santé publique de la Montérégie

Avril 2024

## EFFETS SUR LA SANTÉ

Les principaux problèmes de santé associés au travail dans un environnement froid sont l'hypothermie (baisse de température du corps) et les gelures des extrémités (doigts, orteils, nez, oreilles, etc.).

Les principaux signes et symptômes de l'hypothermie sont :

Hypothermie légère	Hypothermie modérée	Hypothermie grave
<ul style="list-style-type: none"><li>• Température prise par la bouche entre 32,2 et 35 °C</li><li>• Frissons</li><li>• Extrémités froides (oreilles, nez, joues, doigts et orteils)</li><li>• Engourdissement des extrémités (doigts, orteils), au point de provoquer des maladroites</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Température prise par la bouche entre 28 et 32,2 °C</li><li>• Manque de coordination</li><li>• Difficulté à parler</li><li>• Confusion</li><li>• Comportement inhabituel ou anormal</li><li>• Jugement affaibli</li><li>• Respiration et pouls rapides</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Température prise par la bouche plus basse que 28 °C</li><li>• Arrêt des frissons</li><li>• Regard vide</li><li>• Perte de conscience</li><li>• Respiration ralentie</li><li>• Arrêt respiratoire</li><li>• Arrêt cardiaque</li><li>• Décès</li></ul>

Complément d'information : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/hypothermie#c2710>

Les principaux signes et symptômes d'engelures sont :

Engelure superficielle	Engelure profonde
<ul style="list-style-type: none"><li>• La peau devient insensible et picote</li><li>• La peau rougit, puis devient blanche</li><li>• La peau présente de petits gonflements (cloques)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• La peau devient froide, blanche ou ressemblante à de la cire</li></ul>

Complément d'information : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/engelures#c2501>

## SEUIL D'INTERVENTION PRÉVENTIF

Dès que la température ambiante (à l'abri du vent) est inférieure à 5°C, la vigilance s'impose et des mesures préventives doivent être mises en place.

## CONCLUSION ET RECOMMANDATIONS

Le travail au froid augmente également le risque de survenue de troubles musculosquelettique et peut être à l'origine d'accidents de travail.

Les activités de prévention présentées dans le tableau suivant sont des mesures qui peuvent se retrouver dans le *Rapport et recommandations sur la gestion des risques pour la santé* et qui peuvent être mises en place dans votre



## FICHE DE RISQUE - FROID

milieu de travail. L'équipe de santé au travail peut vous soutenir dans le choix des activités à prioriser compte tenu de l'importance du niveau d'exposition du risque dans votre établissement.

<b>ACTIVITÉS DE PRÉVENTION</b>
<i>LES ACTIVITÉS SUIVIES D'UNE ÉTOILE (*) PEUVENT ÊTRE RÉALISÉES PAR VOTRE ÉQUIPE DE SANTÉ AU TRAVAIL</i>
<b>IDENTIFIER LE RISQUE</b>
Identifier les tâches ou fonctions les plus à risque (LSST art. 51) *
Vérifier les températures ambiantes *
Consulter le site d'Environnement Canada pour les postes à l'extérieur, en particulier pour le facteur de refroidissement éolien
Identifier les facteurs qui influencent l'exposition ; vent, humidité relative, tâches sous l'eau, ... (LSST art. 51) *
<b>CORRIGER</b>
<b>Contrôle technique</b>
Fournir un chauffage d'appoint
Installer des abris chauffés
Installer des écrans anti-vent
S'assurer d'une isolation thermique des éléments métalliques manipulés
Concevoir des machines et outils de façon à ne pas enlever les gants, mitaines ou vêtements chauds (LSST art. 51)
<b>Sensibilisation</b>
Réaliser des activités d'information sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et sur les mesures préventives (LSST art. 51, 59) *
Valider le contenu de l'information donnée par le milieu de travail *
<b>Mesures administratives</b>
Limiter la charge de travail/ajuster la cadence pour éviter la transpiration excessive
Réorganiser le travail pour reporter les tâches aux journées plus chaudes
Faire la rotation des tâches
Planifier des pauses de réchauffement
S'assurer que les nouveaux travailleurs reçoivent l'information sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et sur les moyens préventifs (LSST art. 51, 59)
Encourager la surveillance mutuelle des symptômes entre les travailleurs
<b>Équipements de protection individuelle (EPI)</b>
S'assurer du port de vêtement de protection approprié aux conditions météorologiques
<b>CONTRÔLER</b>
<b>Inspection</b>
Mettre en place un protocole de surveillance du milieu
<b>Formation et rappels</b>
Planifier des séances d'informations annuelles pour les travailleurs exposés au froid avec un rappel sur les effets à la santé, les signes et symptômes, et sur les moyens préventifs (LSST art. 51, 59)
Effectuer un rappel quotidien des mesures préventives en période de froid extrême

## RÉFÉRENCES (LIENS)

- [Loi sur la santé et la sécurité du travail \(LSST\)](#)