

ATTENTION AUX COUPS DE CHALEUR TABLEAUX POUR MIEUX COMPRENDRE

Avec les chaudes températures de l'été, il est important de prendre les moyens nécessaires afin de se protéger de la déshydratation et des coups de chaleur. Le tableau suivant illustre des exemples de calcul pour permettre de mesurer la température. Les chiffres en rouge proviennent du calcul de la température de l'air corrigée.

	EXEMPLE 1		EXEMPLE 2		EXEMPLE 3	
Température à l'ombre¹	29°C	29°C	25°C	25°C	25°C	25°C
Humidité relative	75%	+7,1°C	80%	+7,7°C	40%	+1,8°C
Ensoleillement	ENSOLEILLÉ	+6°C	ENSOLEILLÉ	+6°C	NUAGEUX	+3,5°C
Habillement	LÉGER	0°C	LÉGER	0°C	SURVÊTEMENT EN COTON	+4,4°C
	Température corrigée	42,1°C	Température corrigée	38,7°C	Température corrigée	34,7°C
CONSOMMATION D'EAU RECOMMANDÉE	1 verre aux 10 minutes		1 verre aux 20 minutes		1 verre aux 20 minutes	
PÉRIODES DE PAUSE RECOMMANDÉES	Aucun travail recommandé sans en modifier les conditions		45 minutes		Prendre des pauses au rythme habituel	

¹ Température sans tenir compte du facteur Humidex.

Selon la CNESST, le tableau à la page suivante devrait être interprété de telle façon : des périodes de pause d'une durée minimale de 15 minutes doivent être observées à l'intérieur de chaque heure travaillée lorsque la température de l'air corrigée dépasse 36°C.

Ainsi, la durée des pauses augmente avec la température de l'air corrigée pour atteindre 45 minutes de pause pour 15 minutes de travail lorsque la température de l'air corrigée est de 38,9°C. Quant à la colonne bleue, elle nous informe de la fréquence à laquelle il est recommandé de boire un verre d'eau (8 onces ou 250 ml) pour éviter la déshydratation. Cette recommandation est directement proportionnelle à la température de l'air corrigée.

Visuel / tableau à la page suivante.

COMMUNIQUÉ

T AIR CORRIGÉE	TRAVAIL LÉGER	TRAVAIL MOYEN	TRAVAIL LOURD	EAU
30,4° C ou moins				
31,0° C				
31,6° C				
32,2° C				
32,8° C				
33,3° C				
39,9° C				
34,5° C				
35,0° C				
35,6° C				
36,1° C			15 minutes	
36,7° C			15 minutes	
37,2° C			15 minutes	
37,8° C		15 minutes	30 minutes	
38,3° C		15 minutes	30 minutes	
38,9° C		30 minutes	45 minutes	
39,5° C		30 minutes	45 minutes	
40,0° C		45 minutes	45 minutes	1 verre toutes les 15 minutes
40,6° C		45 minutes	45 minutes	
41,1° C	15 minutes	45 minutes		
41,7° C	30 minutes	45 minutes		1 verre toutes les 10 minutes
42,2° C	30 minutes			
42,8° C	45 minutes			
43,3° C	45 minutes			
43,9° C ou plus				

Tableau adapté du document *A Guide to Heat Stress in Agriculture*, EPA-OSHA, mai 1993.

Les astérisques indiquent que la durée des pauses doit augmenter

