

# TRAVAILLER AU FROID... ATTENTION !



## QUELS SONT LES RISQUES D'UNE EXPOSITION AU FROID?



- Gelures aux extrémités (doigts, orteils, nez, oreilles)
- Hypothermie
- Lésions physiques permanentes

## ENTRE 2014 ET 2023 AU QUÉBEC

**186**

travailleuses et travailleurs ont subi une lésion causée par le froid.

## PRINCIPAUX SIGNES ET SYMPTÔMES



### GELURES

- Sensation de picotement et engourdissement progressif
- Perte graduelle de la sensibilité
- Rougeurs avec plaques blanches inégales
- Peau blanche, glacée, cireuse et parfois dure

### HYPOTHERMIE

- Frissons ou tremblements
- Extrémités froides
- Confusion
- Perte de conscience
- Diminution du pouls et de la respiration

## MONOXYDE DE CARBONE



Des risques d'intoxication au monoxyde de carbone (CO) sont également présents en période de froid lors de l'utilisation d'équipement à combustion interne.

## ENTRE 2014 ET 2023 AU QUÉBEC

**355**

travailleuses et travailleurs ont subi une lésion causée par le CO.

## PRINCIPAUX SIGNES ET SYMPTÔMES D'UNE INTOXICATION AU CO



- Mauvaise tête
- Faiblesse
- Nausée
- Confusion
- Perte de conscience

## PRINCIPALES MESURES DE PRÉVENTION CONTRE L'EXPOSITION AU FROID



- Chauder le poste de travail avec un équipement électrique, si possible
- Avoir un abri temporaire chauffé et bien ventilé
- Recouvrir les poignées et les barres métalliques d'un isolant thermique
- Porter des vêtements adaptés à la température et à la nature des tâches à exécuter
- Alterner les périodes de travail avec des périodes de repos dans un espace chauffé
- Réorganiser le travail pour accomplir les tâches prévues à l'extérieur durant les périodes les plus chaudes de la journée

## QUOI FAIRE EN CAS DE MALAISE OU D'UNE URGENCE MÉDICALE LIÉS AU FROID ?

- 1 Conduire la personne dans un endroit chaud, sécuritaire et aéré
- 2 Enlever les vêtements s'ils sont humides ou mouillés
- 3 Envelopper la personne dans une couverture et la réchauffer
- 4 Donner à la personne une boisson tiède, sucrée, mais non alcoolisée
- 5 Réanimer la personne en cas d'arrêt cardiaque ou respiratoire
- 6 Alerter les premiers secours : les secouristes en milieu de travail et le service 911

## PRINCIPALES MESURES DE PRÉVENTION LORS DE L'UTILISATION D'APPAREILS À COMBUSTION



- Évacuer directement à l'extérieur les produits de combustion dégagés par les équipements ou les outils à combustion interne
- Ventiler adéquatement le lieu de travail
- Surveiller la qualité de l'air à l'aide d'un détecteur de CO fixe ou portatif, à usage industriel

## QUOI FAIRE EN CAS DE MALAISE LIÉ AU CO ?

- 1 Faire évacuer les lieux contaminés
- 2 Conduire la personne intoxiquée dans un endroit sécuritaire et aéré
- 3 Réanimer la personne en cas d'arrêt cardiaque ou lui donner la respiration artificielle en cas d'arrêt respiratoire
- 4 Alerter les premiers secours : les secouristes en milieu de travail et le service 911
- 5 Administre de l'oxygène si le service 911 le recommande  
L'administration d'oxygène nécessite une formation complémentaire comme indiquée dans le manuel Secourisme en milieu de travail, produit par la CNESST.
- 6 Prévenir la personne responsable du milieu de travail

**i** Pour plus d'information, consultez les pages *Travail au froid* et *Exposition au monoxyde de carbone* sur notre site Web.