

<b>SOCIETE XXX</b>	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 1/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>	----- 15/06/2015	

### **-I- Champ d'application et aspects réglementaires**

Cette consigne s'applique aux salariés de la Société XXX.

Elle répond à l'article R4451-42 du Code du travail et plus spécifiquement au décret n°2010-750 du 2 juillet 2010 (pour le travail sous rayonnements ionisants).

***Ce document est applicable en l'absence de consignes propres à l'exploitant nucléaire (ou de l'entreprise utilisatrice) où peut intervenir la Société XXX.*** Cependant, des mesures complémentaires de cardio-fréquence-métrie pourront être effectuées par le médecin du travail pour des chantiers particuliers, et ce en lien avec le médecin du travail de l'exploitant (ou de l'entreprise utilisatrice).

### **-II- Rappels de physiologie**

-L'organisme qui se trouve placé dans une ambiance (même tempérée) produit naturellement de la chaleur par son état métabolique de base et par les efforts physiques qu'il effectue .

Pour conserver une température interne stable(37°C) , le corps va donc éliminer de la chaleur sous forme de sueur qu'il doit pouvoir évaporer.

Plus la température du local de travail augmente, et/ou plus la charge physique de travail augmente, plus le corps transpire, plus il est nécessaire qu'il puisse éliminer ce surplus de chaleur.

-Si le surplus de chaleur n'est pas éliminé , la température centrale dépasse les 37°C et augmente progressivement **SANS QUE LE SALARIE S'EN APERCOIVE**. On peut ainsi arriver au **COUP DE CHALEUR** : situation où les capacités de régulation interne de l'organisme sont dépassés.

Si la température du corps dépasse 41°C, il y a un risque mortel.

#### **~ Signes du coup de chaleur :**

- sensation de malaise général
- crampes
- nausées,vomissements
- angoisse
- vertiges
- maux de tête
- troubles de la conscience: sujet confus
- troubles du comportement: agitation, perte de repères
- bouffées de chaleur et congestion du visage
- sensation de barre thoracique

**Cette consigne vise à limiter le temps de travail des salariés dans les locaux de l'établissement ou en extérieurs quand l'ambiance thermique est supérieure à 30°C, de façon à éviter le coup de chaleur.**

### **III- Critères à prendre en compte pour prévenir les effets néfastes sur la santé**

*Au nombre de 3 :*

- ambiance thermique du local ou de l'extérieur
- équipements de protection individuels : tenues de travail et/ou appareils de protection des voies respiratoires
- charge physique de travail

#### **-1- Ambiance thermique du local de travail ou de l'extérieur**

L'ambiance thermique des locaux de travail est la résultante :

↳ d'une part, de la chaleur radiante dégagée par le procédé industriel,



<b>SOCIETE XXX</b>	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 3/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>	----- 15/06/2015	

→ Les tableaux reprennent tous les EPI utilisés dans les zones de travail

**-3- La charge de travail :**

Comment juger de la charge physique de travail ?

Les activités ci-dessous peuvent ne pas correspondre exactement aux gestes professionnels, mais on pourra s'aider du tableau adapté de la norme ISO 8996 qui définit cette pénibilité selon 4 niveaux :

Classification à 4 niveaux de la charge physique (pénibilité)	
Classe	Exemples
Travail léger	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail assis manuel léger</li> <li>- Travail assis avec de petits outils, inspection, assemblage ou triage de matériaux légers</li> <li>- Travail des bras et des jambes (conduite de véhicule dans des conditions normales, manœuvre d'un interrupteur à pied ou à pédales)</li> <li>- Travail debout (fraisage, forage, polissage, usinage léger de petites pièces)</li> <li>- Utilisation de petites machines à main</li> <li>- Marche occasionnelle lente</li> </ul>
Travail moyen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail soutenu des mains et des bras (cloutage, vissage, limage...)</li> <li>- Travail des bras et des jambes (manœuvre sur chantiers d'engins : tracteurs, camions...)</li> <li>- Travail des bras et du tronc</li> <li>- Manutention manuelle occasionnelle d'objets moyennement lourds</li> <li>- Marche plus rapide, ou marche avec charge de 10 kg</li> </ul>
Travail fort	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail intense des bras et du tronc</li> <li>- Manutention manuelle d'objets lourds, de matériaux de construction</li> <li>- Travail au marteau, pelletage, sciage à main, rabotage</li> <li>- Marche rapide, ou marche avec charge de 30 kg</li> <li>- Pousser ou tirer des chariots, des brouettes lourdement chargés</li> </ul>
Travail intense	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail très intense et rapide (par exemple déchargement d'objets lourds)</li> <li>- Travail au marteau à deux mains ou à la hache (4,4 kg, 15 coups/minutes)</li> <li>- Pelletage lourd, creusage de tranchée</li> <li>- Montée d'escaliers ou d'échelles</li> <li>- Travail avec posture difficile (à genoux notamment)</li> <li>- Marche rapide, marche avec charge &gt; 30 kg</li> </ul>

*D'après la norme ISO 8996*

Comment mesurer le temps de travail?

Avec une horloge dans les locaux de travail

On peut envisager aussi des moyens individuels d'alerte (par exemple: alarme sonore dans la poche...)

**-IV- Après le travail en températures élevées, une récupération s'impose**

Elle s'effectue dans un local adapté à cet effet :

Situé à la sortie de la zone chaude ou au plus près, il comprend :

- des sièges ou bancs pour se reposer,
- un point d'apport d'eau fraîche pour se désaltérer et compenser la perte hydrique,
- des vêtements propres et secs pour se changer.





Ce local est un local non fumeur.

Les durées de récupération sont indiquées dans les tableaux ainsi que le nombre d'interventions possibles sur les 8 heures de travail

**NB**: entre les séquences alternant travail/récupération, les salariés peuvent être occupés à d'autres tâches à condition que cela ne soit pas en zone chaude.

**Les tableaux ci-après récapitulent les trois critères et donnent les durées de travail , les temps de récupération et le nombre d'interventions sur les 8 heures de travail.**

SOCIETE XXX	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 4/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>	----- 15/06/2015	

 		 		
<b>Cette consigne s'applique à l'extérieur comme à l'intérieur des bâtiments si 25°C ≤ T° &lt; 30°C</b>				
	Activité	Durée unitaire d'intervention (minutes)	Durée de repos (minutes)	Nombre d'interventions sur 8h
Tenue de base sans port du masque	Léger	Pas de contraintes. Prévoir pour une activité moyenne et forte une pause de 15 mn par demi-journée		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue de base avec port du masque à cartouche	Léger	Port du masque limité à 2 heures 2 fois/jour Prévoir pour une activité moyenne ou forte une pause de 20 mn par demi-journée		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tyveck sans port du masque	Léger	70	20	4
	Moyen	60	30	4
	Fort	45	35	3
	Intense	40	40	3
Tyveck avec port du masque à cartouche	Léger	60	30	4
	Moyen	50	35	4
	Fort	40	40	3
	Intense	30	45	3
Tyveck avec heaume ventilé	Léger	Idem tenue Tyveck avec masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue anti-acide avec port du masque à cartouche	Léger	Idem tenue Tyveck avec masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue anti-acide <input checked="" type="checkbox"/> avec heaume ventilé	Léger	Idem tenue Tyveck avec masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue Mururoa ventilée sur la tenue de base	Léger	70	30	3
	Moyen	60	30	3
	Fort	45	35	2
	Intense	40	40	2
Tenue Mururoa ventilée avec Tyveck blanche portée sous la Muru	Léger	Idem tenue Tyveck avec masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			

**CONDUITE A TENIR SI ACCIDENT OU INCIDENT DU A LA CHALEUR :**

- Alerter ou faire alerter les secours
- Allonger la victime dans un endroit frais et ventilé,
- Dégrafer les vêtements,
- Refroidir la victime : compresse d'eau fraîche sur la tête et le cou,
- Si la victime est consciente, lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités et régulièrement.
  - Si la victime est inconsciente, rester auprès d'elle et attendre les secours.

<b>SOCIETE XXX</b>	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 5/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>	----- 15/06/2015	

		<b>INFIRMERIE</b>
--	---	-------------------

<b>SOCIETE XXX</b>	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 6/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>		----- 15/06/2015

Cette consigne s'applique à l'extérieur comme à l'intérieur des bâtiments si $30\text{ °C} \leq T^{\circ} < 50\text{ °C}$				
	Activité	Durée unitaire d'intervention (minutes)	Durée de repos (minutes)	Nombre d'interventions sur 8h
Tenue de base sans port du masque	Léger	Pas de contraintes Prévoir cependant, pour une activité forte ou intense, des pauses de 20 mn toutes les deux heures pour repos compensateur		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue de base avec port du masque à cartouche	Léger	Pas de contraintes sauf port du masque limité à 2 heures 2 fois par jour  Pour une activité forte ou intense, port du masque limité à 1 heure 2 fois par jour		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tyveck blanche ou jaune sans port du masque	Léger	45	35	4
	Moyen	40	40	4
	Fort	35	45	3
	Intense	30	50	3
Tyveck blanche ou jaune avec port du masque à cartouche	Léger	40	40	3
	Moyen	35	45	3
	Fort	30	50	2
	Intense	25	55	2
Tyveck blanche ou jaune avec heaume ventilé	Léger	Idem tenue Tyveck avec port du masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue anti-acide avec port du masque à cartouche	Léger	Idem tenue Tyveck avec port du masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue anti-acide <input checked="" type="checkbox"/> avec heaume ventilé	Léger	Idem tenue Tyveck avec port du masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			
Tenue Mururoa ventilée sur la tenue de base	Léger	60	30	3
	Moyen	50	30	3
	Fort	40	35	
Tenue Mururoa ventilée	Léger	Idem tenue Tyveck avec masque à cartouche		
	Moyen			
	Fort			
	Intense			

**CONDUITE A TENIR SI ACCIDENT OU INCIDENT DU A LA CHALEUR :**

- Alerter ou faire alerter les secours
- Allonger la victime dans un endroit frais et ventilé,
- Dégrafer les vêtements,
- Refroidir la victime : compresse d'eau fraîche sur la tête, le cou
- Si la victime est consciente, lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités et régulièrement.
- Si la victime est inconsciente, rester auprès d'elle et attendre les secours.

<b>SOCIETE XXX</b>	<b>DUREE DE PORT DES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE</b>	Indice	Page 7/7
Dr ML LLAONA Médecin du Travail	<b>PROJET</b>	----- 15/06/2015	



**Cette consigne s'applique à l'intérieur des bâtiments si T° ≥ 50°C**

	Activité	Durée unitaire d'intervention (minutes)	Durée de repos (minutes)	Nombre d'interventions sur 8h
Tenue de base sans port du masque	Léger	Pas de contraintes Prévoir cependant une pause de 30 mn toutes les deux heures pour repos compensateur		
	Moyen			
Tenue de base avec port du masque à cartouche	Léger	35	30	3
	Moyen	30	35	3
Tyveck sans port du masque	Léger	30	35	3
	Moyen	25	40	3
Tyveck avec port du masque à cartouche	Léger	25	35	2
	Moyen	20	40	2
Tyveck avec heaume ventilé	Léger	Idem tenue Tyveck avec port du masque à cartouche		
	Moyen			
Tenue anti-acide	Léger	Idem tenue Tyveck avec port du masque à cartouche		
	Moyen			
Tenue anti-acide avec port du masque + cartouche	Léger			
	Moyen			
Tenue anti-acide <input checked="" type="checkbox"/> avec heaume ventilé	Léger			
	Moyen			
Tenue Mururoa ventilée sur la tenue de base	Léger	40	30	2
	Moyen	30	40	2
Tenue Mururoa ventilée avec Tyveck	Léger	Idem tenue TYVECK avec port du masque à cartouche		
	Moyen			

**CONDUITE A TENIR SI ACCIDENT OU INCIDENT DU A LA CHALEUR :**

- Alerter ou faire alerter les secours
- Allonger la victime dans un endroit frais et ventilé,
- Dégrafer les vêtements,
- Refroidir la victime : compresse d'eau fraîche sur la tête et le cou
- Si la victime est consciente, lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités et régulièrement.
- Si la victime est inconsciente, rester auprès d'elle et attendre les secours.