

CONTRAINTES THERMIQUES

PLAN DE PRÉVENTION DES CONTRAINTES THERMIQUES

OBJECTIF: Réduire les accidents ou les maladies du travail reliés aux contraintes thermiques dans notre établissement.

Les conditions de températures élevées et d'humidité placent les employés qui travaillent avec ou sans équipement de protection individuelle, à risque de maladies reliées aux contraintes thermiques.

Une série de contrôles d'ingénierie comprenant une ventilation générale et le refroidissement par ventilation d'échappement local aux moments de la production de chaleur élevée peuvent aider à prévenir les maladies causées par les contraintes thermiques. L'isolation des sources de chaleur est une solution potentielle comme protection contre des sources de chaleur radiante. La réfrigération mécanique et le refroidissement par évaporation sont d'autres manières de réduire la chaleur. Les ventilateurs peuvent également aider à réduire la chaleur lors de conditions de températures extérieures chaudes. L'élimination de toute fuite de vapeur aidera également. Les modifications d'équipement, l'utilisation d'outils électriques pour réduire le travail manuel et l'utilisation de dispositifs de refroidissement personnels ainsi que fournir des vêtements de protection sont d'autres manières de réduire les risques d'exposition à la chaleur pour la main-d'œuvre.

Lorsque qu'il est impossible de réduire la chaleur ou le stress relié aux contraintes thermiques par des moyens de contrôle d'ingénierie, des mesures administratives peuvent être implantées pour réduire le risque :

- Implantation de pratiques de travail pour la distribution d'eau et la formation des travailleurs
- Implantation d'un régime de travail/repos pour permettre aux employés de récupérer de leur exposition aux contraintes thermique au cours de la période de travail.

2.0 GESTION DES CONTRAINTES THERMIQUES

Le Directeur d'usine ou son remplaçant désigné doit prendre des initiatives raisonnables pour déterminer à l'avance les conditions potentielles de contraintes thermiques en surveillant les prévisions météorologiques avant le début du quart de travail.

1. Le directeur d'usine ou son remplaçant désigné doit faire un suivi des conditions météorologiques pour planifier le travail lors de condition de contraintes thermiques.
2. Les superviseurs et les collègues de travail doivent observer les employés qui travaillent près d'eux pour identifier ceux qui démontreraient des symptômes de maladies associées aux contraintes thermiques.
3. Les superviseurs doivent noter les lectures de la température et l'humidité relative dans les zones chaudes de l'usine tout au long de la journée (à toutes les heures) et calculer la température corrigée pour ensuite la comparer à la charte des contraintes thermiques de la CSST pour établir le régime de travail/repos qui correspond aux conditions de travail des employés :

(A) Prenez la température de l'air à l'ombre.

(B) Corrigez la température en fonction de l'humidité relative.

30 % pas d'ajustement
40 % ajoutez 1,8 °C
50 % ajoutez 3,5 °C
60 % ajoutez 5 °C

70 % ajoutez 6,4 °C
80 % ajoutez 7,7 °C
90 % ajoutez 8,9 °C

- (C) Corrigez la température en fonction de l'habillement.
Combinaison en coton (survêtement) ajoutez 4,4 °C
- (D) Additionnez (A+B+C+D) = température corrigée pour trouvez le résultat dans le tableau (mesures correctives ç prendre selon le travail exécuté).
- (E) Déterminez le type de travail exécuté

Léger (faire fonctionner une machine, triez du matériel légers, inspection, conduire un véhicule),

Moyen (se déplacer en faisant des efforts de poussée et de levée, utiliser une scie ou un fusil de pulvérisation, laminer un bain, transférer périodiquement des objets moyennement lourds à lourds),

Lourd (travailler au pic et à la pelle, transférer des objets lourds (plus de 44 livres pendant plus de 10 minutes à la fois).

- (F) En utilisant le tableau 1, figurez le cycle de travail/repos en plus des quantités d'eau et de liquide qui doivent être consommées par les travailleurs exposés aux contraintes thermiques selon le type de travail qu'ils accomplissent et la température corrigée.

LA CHARTE QUI SUIVI DOIT SERVIR DE GUIDE – LES SUPERVISEURS DOIVENT UTILISER LEUR JUGEMENT ET LEUR EXPÉRIENCE LORS DE LA PRISE DE DÉCISION CONCERNANT LES CONTRAINTES THERMIQUES.

Rappelez-vous que les réactions d'une personne à la chaleur peuvent varier d'une journée à l'autre et Que personne ne réagit de la même façon.

LES PRÉDIODES DE REPOS NE SONT PAS DES PAUSES – ELLES PEUVENT ÊTRE UTILISÉE POUR FAIRE UN TRAVAIL DANS UN ENDROIT FRAIS OU POUR LE REPOS MAIS UNE SALLE DE DINER CLIMATISÉE. LES EMPLOYÉS NE PEUVENT UTILISER CETTE PÉRIODE POUR ALLER À L'EXTÉRIEUR AU SOLEIL POUR FUMER PAR EXEMPLE.

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				1 verre toutes les 20 minutes
33,3 °C				
33,9 °C				
34,5 °C				
35,0 °C				
35,6 °C				
36,1 °C			*	
36,7 °C			*	
37,2 °C			*	
37,8 °C		*	**	
38,3 °C		*	**	
38,9 °C		**	***	
39,5 °C		**	***	1 verre toutes les 15 minutes
40,0 °C		***	***	
40,6 °C		***	***	
41,1 °C	*	***		
41,7 °C	**	***		1 verre toutes les 10 minutes
42,2 °C	**			
42,8 °C	***			
43,3 °C	***			
43,9 °C ou plus				

Tableau 1 : adapté du document *A Guide to Heat Stress in Agriculture*, EPA-OSHA, mai 1993.
 *Les astérisques indiquent que la durée des pauses augmente.

3.0 COMMENT RÉPONDRE À UNE SITUATION OÙ UN EMPLOYÉ DÉMONTRE DES SYMPTÔMES DE COUP DE CHALEUR

1. Obtenir l'aide d'un secouriste.
2. Le secouriste évaluera la situation et appellera le 911 au besoin.
3. Les employés/superviseurs utiliseront le « système de copain » pour aider à surveiller la condition physique de chacun quant aux conditions des contraintes thermiques.

4.0 HYDRATATION

Pour assurer l'accès à des quantités suffisantes d'eau potable, les mesures suivantes seront prises.

1. Le superviseur ou tout autre personnel désigné doit s'assurer que des quantités suffisantes d'eau potable fraîche sont disponibles en tout temps pour les employés et que des pauses seront données pour que les employés exposés aux contraintes thermiques puissent s'abreuver.
2. Des bouteilles d'eau réutilisables peuvent aussi être fournies aux employés dans leur lieu de travail à condition que l'ouverture de la bouteille soit protégée de toute exposition à des contaminants. (ouverture de la bouteille protégée par un cap.
3. Si des contenants thermos sont utilisés dans la salle de repos, des tasses à usage unique seront fournies pour l'usage des employés.
4. Dans des conditions de sudation abondante, l'employeur pourra distribuer des boissons avec remplacement d'électrolytes.
5. L'ingestion de comprimés de sels (utilisés dans le passé) est fortement déconseillée. Le sel irrite l'estomac et peut contribuer à la déshydratation.

5.0 COMMUNICATION & ENCOURAGEMENT DES EMPLOYÉS

Afin encourager les employés à boire de l'eau fraîche, les mesures suivantes seront prises.

1. Annuellement et ce avant le début de la période des contraintes thermiques, tous les employés exposés aux contraintes thermiques recevront de la formation les signes et les symptômes des coups de chaleur afin qu'ils puissent reconnaître les signes et symptômes pour eux-mêmes ainsi que chez leurs collègues de travail. (Voir section 7.0 pour le contenu de la formation).
2. Des affiches de rappel de « boire fréquemment » seront apposées sur les murs dans la salle de lunch.
3. De courtes réunions debout se tiendront chaque matin lors des périodes d'extrême prudence, de danger et de danger extrême pour rappeler aux employés de boire de l'eau fréquemment. Il est recommandé de garder un compte-rendu de cette réunion.
4. Les employés seront informés de ne pas utiliser la soif comme indicateur. Si on se fit au sentiment de soif, les employés seront déshydratés.

6.0 ACCLIMATATION

« Acclimatation » signifie l'adaptation provisoire du corps pour travailler dans la chaleur qui se produit graduellement quand une personne est exposée à celle-ci. Lorsque possible, les nouveaux employés débiteront leur travail avec un nombre d'heures d'exposition à la chaleur limité pour les premières journées.

1. Les nouveaux employés seront identifiés utilisant le « système de copain ». Les superviseurs et les autres employés aideront à surveiller ces employés pour tout signe ou symptôme relativement aux contraintes thermiques.
2. Les superviseurs surveilleront étroitement les nouveaux employés pour tout signe ou symptôme relativement aux contraintes thermiques.
3. Des horaires concernant les heures de production seront faits au cours des périodes plus fraîches du jour ou de la nuit.
4. Tous les employés (incluant les superviseurs) prêteront une attention particulière aux symptômes des contraintes thermiques, ce qui pourrait indiquer le besoin de plus d'acclimatation.
5. Un tableau « Charte des températures » sera utilisé pour aider les superviseurs/directeurs à mieux identifier des conditions potentielles des contraintes thermiques en termes d'humidité et/ou de température. (Voir l'annexe A).
6. Le travail exigeant des vêtements de protection chimique sera effectué au cours des périodes plus fraîches de la journée. Les vêtements de protection chimique peuvent sensiblement changer la chaleur-charge que le corps d'une personne est capable de perdre.
7. « Le directeur des opérations ou le directeur de production a l'autorité de décider si on doit arrêter de travailler. (Dans des conditions extrêmes, le travail s'arrêtera pour la journée).

7.0 DEFINITION INFORMATION GÉNÉRALE POUR LA FORMATION

Contrainte thermique : Une combinaison de facteurs qui tend à augmenter la fréquence de température corporelle et cardiaque ainsi que la transpiration. Les facteurs de risque des contraintes thermiques dans le lieu de travail sont les environnements chauds, les vêtements de protection et les demandes élevées de travail. La réponse des travailleurs est un bon indicateur de l'identification des contraintes thermiques.

Quand le corps ne peut se refroidir par la transpiration, les maladies provoquées par la chaleur, telles que les coups de chaleur ou l'épuisement à cause de la chaleur et la plus sévère étant une attaque de chaleur, peuvent se produire et peuvent résulter en maladie grave ou la mort.

Conditions menant aux contraintes thermiques.

1. Haute température et humidité
2. Chaleur directe ou le soleil
3. Mouvement d'air limité
4. Effort physique
5. Conditions physiques pauvres
6. Quelques médicaments
7. Basse tolérance pour les lieux de travail chauds

Symptômes d'épuisement dû à la chaleur

1. Maux de tête ou étourdissement
2. Vertige ou évanouissement
3. Faiblesse et peau moite
4. Changements d'humeur tels que l'irritabilité ou la confusion
5. Nausée, estomac bouleversé ou vomissement.

6. Pouls rapide.

Crampes de chaleur

Symptômes des crampes de chaleur :

1. Spasmes musculaires douloureux dans les bras, les jambes ou l'abdomen pendant ou après un travail physique dur.
2. Spasmes musculaires douloureux qui se produisent parmi ceux qui suent profusément dans la chaleur, qui boivent de grandes quantités d'eau mais ne remplacent pas en juste proportion la perte de sel contenu dans le corps.
3. Pour traiter, boire de l'eau et manger de la nourriture plus salée.
4. La prévention des crampes de chaleur inclut la consommation d'eau appropriée et la prise de sel adéquate aux repas. NE PAS UTILISER des comprimés de sel.

****AVERTISSEMENT : Les personnes ayant des problèmes cardiaques ou celles avec un régime à teneur réduite de sodium qui travaillent dans des environnements chauds devraient consulter un médecin pour savoir à quoi s'en tenir dans ces conditions.**

Irritation ou inflammation due à la chaleur

Symptômes : « Fièvre militaire » ou bourbouille : apparition d'une petite boursouffure qui ressemble à une éruption.

- Traitement : Garder la peau propre et sèche.
- Cause : La peau est constamment humide à cause de la sueur. Les conduits de la glande sudorale deviennent obturés, menant à l'inflammation.
- Prévention : Prendre une douche après avoir travaillé dans un environnement chaud. Maintenir la peau sèche.

Fatigue passagère due à la chaleur

Symptômes : Diminution dans l'exécution, en particulier dans le travail physique, les tâches mentales, et celles exigeant la concentration.

- **Traitement :** Aucun traitement n'est nécessaire à moins que d'autres signes de la maladie causée par la chaleur soient présents.
- **Cause :** Malaise. Stress provenant de la chaleur moindre que ce qui aurait comme conséquence avec d'autres maladies causées par la chaleur.

Syncope due à la chaleur

- **Symptômes :** Évanouissement lorsque debout et immobile. Une variante d'épuisement dû à la chaleur.
- Les symptômes de l'épuisement dû à la chaleur peuvent précéder l'évanouissement.

Symptômes de coup de chaleur

1. Peau sèche et chaude avec typiquement aucune transpiration. Bien que la transpiration puisse encore être présente.

2. Confusion mentale, perte de conscience.
3. Attaques ou convulsions.
4. Pouls rapide.
5. Dans le doute, traiter comme un coup de chaleur car cela peut être mortel.

Note : L'alcool, les médicaments sur ordonnance et autres drogues peuvent augmenter la possibilité de troubles causés par la chaleur se produisant même si utilisés la veille.

Équipement de Protection Individuelle

- Des vêtements d'été léger devraient être portés pour permettre une bonne circulation de l'air autour du corps et une bonne évaporation.
- Dans un environnement avec de la chaleur radiante, des vêtements réflecteurs peuvent aider.
- Pour les environnements extrêmement chauds, des vêtements isolés avec de l'air froid, de l'eau froide peut être considérés.
- N'oubliez pas que des vêtements imperméables comme les survêtements de Tyvek, augmentent l'effet des conditions thermique parce qu'ils empêchent le corps de suer et de libérer la chaleur du corps correctement.

Appendix A

Tableau des températures corrigées basées sur le modèle de la CSST – avec survêtement de protection LAMINAGE

Tableau des températures corrigées LAMINAGE (avec survêtement Tyvek troué)																	
	Température																
Hum.	30.0°C	30.5°C	31.0°C	31.5°C	32.0°C	32.5°C	33.0°C	33.5°C	34.0°C	34.5°C	35.0°C	35.5°C	36.0°C	36.5°C	37.0°C	37.5°C	38.0°C
30%	34.4°C	34.9°C	35.4°C	35.9°C	36.4°C	36.9°C	37.4°C	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C
31%	34.6°C	35.1°C	35.6°C	36.1°C	36.6°C	37.1°C	37.6°C	38.1°C	38.6°C	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C
32%	34.8°C	35.3°C	35.8°C	36.3°C	36.8°C	37.3°C	37.8°C	38.3°C	38.8°C	39.3°C	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C
33%	34.9°C	35.4°C	35.9°C	36.4°C	36.9°C	37.4°C	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C
34%	35.1°C	35.6°C	36.1°C	36.6°C	37.1°C	37.6°C	38.1°C	38.6°C	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C
35%	35.3°C	35.8°C	36.3°C	36.8°C	37.3°C	37.8°C	38.3°C	38.8°C	39.3°C	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C
36%	35.5°C	36.0°C	36.5°C	37.0°C	37.5°C	38.0°C	38.5°C	39.0°C	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C
37%	35.7°C	36.2°C	36.7°C	37.2°C	37.7°C	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C
38%	35.8°C	36.3°C	36.8°C	37.3°C	37.8°C	38.3°C	38.8°C	39.3°C	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C
39%	36.0°C	36.5°C	37.0°C	37.5°C	38.0°C	38.5°C	39.0°C	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C
40%	36.2°C	36.7°C	37.2°C	37.7°C	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C
41%	36.4°C	36.9°C	37.4°C	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C
42%	36.5°C	37.0°C	37.5°C	38.0°C	38.5°C	39.0°C	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C
43%	36.7°C	37.2°C	37.7°C	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C
44%	36.9°C	37.4°C	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C
45%	37.1°C	37.6°C	38.1°C	38.6°C	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C
46%	37.2°C	37.7°C	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C
47%	37.4°C	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C
48%	37.6°C	38.1°C	38.6°C	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C
49%	37.7°C	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C
50%	37.9°C	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C	45.9°C
51%	38.1°C	38.6°C	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C
52%	38.2°C	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C
53%	38.4°C	38.9°C	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C	45.9°C	46.4°C
54%	38.5°C	39.0°C	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C
55%	38.7°C	39.2°C	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C
56%	38.8°C	39.3°C	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C
57%	39.0°C	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C
58%	39.1°C	39.6°C	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C	46.6°C	47.1°C
59%	39.3°C	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C	47.3°C
60%	39.4°C	39.9°C	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C	45.9°C	46.4°C	46.9°C	47.4°C
61%	39.5°C	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C	47.5°C
62%	39.7°C	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C
63%	39.8°C	40.3°C	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C	47.3°C	47.8°C
64%	40.0°C	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C	47.5°C	48.0°C
65%	40.1°C	40.6°C	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C	46.6°C	47.1°C	47.6°C	48.1°C
66%	40.2°C	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C	48.2°C
67%	40.4°C	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C	45.9°C	46.4°C	46.9°C	47.4°C	47.9°C	48.4°C
68%	40.5°C	41.0°C	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C	47.5°C	48.0°C	48.5°C
69%	40.7°C	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C	48.2°C	48.7°C
70%	40.8°C	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C	47.3°C	47.8°C	48.3°C	48.8°C
71%	40.9°C	41.4°C	41.9°C	42.4°C	42.9°C	43.4°C	43.9°C	44.4°C	44.9°C	45.4°C	45.9°C	46.4°C	46.9°C	47.4°C	47.9°C	48.4°C	48.9°C
72%	41.1°C	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C	46.6°C	47.1°C	47.6°C	48.1°C	48.6°C	49.1°C
73%	41.2°C	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C	48.2°C	48.7°C	49.2°C
74%	41.3°C	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C	47.3°C	47.8°C	48.3°C	48.8°C	49.3°C
75%	41.5°C	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C	47.5°C	48.0°C	48.5°C	49.0°C	49.5°C
76%	41.6°C	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C	46.6°C	47.1°C	47.6°C	48.1°C	48.6°C	49.1°C	49.6°C
77%	41.7°C	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C	48.2°C	48.7°C	49.2°C	49.7°C
78%	41.8°C	42.3°C	42.8°C	43.3°C	43.8°C	44.3°C	44.8°C	45.3°C	45.8°C	46.3°C	46.8°C	47.3°C	47.8°C	48.3°C	48.8°C	49.3°C	49.8°C
79%	42.0°C	42.5°C	43.0°C	43.5°C	44.0°C	44.5°C	45.0°C	45.5°C	46.0°C	46.5°C	47.0°C	47.5°C	48.0°C	48.5°C	49.0°C	49.5°C	50.0°C
80%	42.1°C	42.6°C	43.1°C	43.6°C	44.1°C	44.6°C	45.1°C	45.6°C	46.1°C	46.6°C	47.1°C	47.6°C	48.1°C	48.6°C	49.1°C	49.6°C	50.1°C
81%	42.2°C	42.7°C	43.2°C	43.7°C	44.2°C	44.7°C	45.2°C	45.7°C	46.2°C	46.7°C	47.2°C	47.7°C	48.2°C	48.7°C	49.2°C	49.7°C	50.2°C

* Ces données sont calculées pour un travail moyen à l'intérieur selon les barèmes de la CSST

Légende	
30.0 à 34.9	OK mais buvez de l'eau régulièrement
35.0 à 37.7	L'employeur distribue des breuvages
37.8 à 38.8	Retrait du poste de 10 minutes à l'heure
38.9 à 39.9	Retrait du poste de 15 minutes à l'heure
40.0 à 42.1	Retrait du poste de 20 minutes à l'heure
42.2 et plus	Arrêt de production