

# FROID EXTRÊME

PRÉSENTÉ PAR SYSTÈMES 24-7



## Les dangers du froid et du refroidissement éolien:

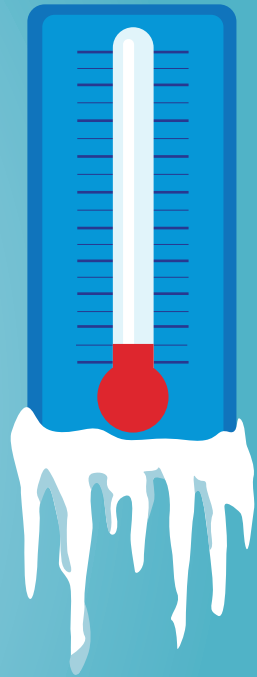
- Engelure
- Hypothermie
- Gelure

## Familiarisez-vous avec les symptômes d'une exposition au froid:

- Douleurs aux extrémités (doigts et orteils), peau plus pâle que d'habitude/bleutée, frissons (incontrôlés), engelure – peau rouge sur le bout des oreilles, du nez et des doigts, fatigue extrême, somnolence, irritabilité, aucune sensation dans les pieds ou les jambes, euphorie, confusion, comportement inhabituel.

## Les faits:

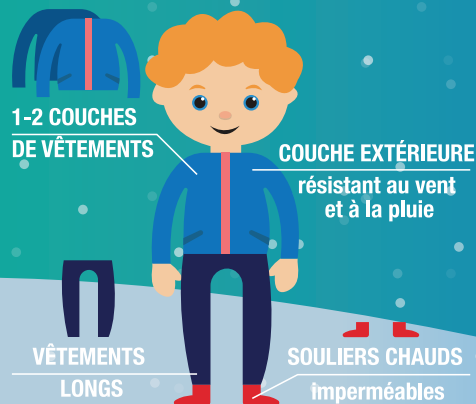
- Chaque année, au Canada, plus de 80 personnes décèdent par suite d'une surexposition au froid
- Les températures froides réduisent la circulation sanguine dans les mains et les pieds.
- Lorsque la température ressentie est de  $-28^{\circ}\text{C}$  ou plus froid, la peau peut geler en 30 minutes à peine.



*Shabiller lorsqu'il fait froid*

Portez plusieurs couches de vêtements pour vous garder au chaud lorsqu'il fait froid

## FRAIS



## FROID



## FROID EXTRÊME



Lorsque vous travaillez dans les froids extrêmes, habillez-vous chaudement, restez actif et prenez des pauses à l'intérieur dès que vous avez froid.