

## **Stress dû à la chaleur : comment travailler en toute sécurité par temps chaud**



L'activité physique par temps chaud constitue une source de stress pour le système de refroidissement du corps humain. Plus votre corps travaille fort, plus il doit dissiper de la chaleur pour maintenir l'équilibre de la température. Le stress dû à la chaleur environnementale crée une tension supplémentaire à votre corps, et cela peut entraîner de la fatigue, une déshydratation, des maladies liées à la chaleur, et peut-être même la mort.

[Cliquez ici](#) pour télécharger notre guide