Fatigue Doesn’t Take a Day Off: Managing Worker Fatigue & Shift Risk Picture This – French



Sur l’image, le travailleur est visiblement épuisé, endormi contre la rambarde d’une structure surélevée. S’endormir en hauteur est extrêmement dangereux : un déséquilibre ou un mouvement brusque pourrait entraîner une chute. Le travailleur est également déconnecté de son environnement et totalement inconscient des dangers qui l’entourent, montrant des signes évidents de fatigue qui auraient dû être pris en compte bien avant d’en arriver là. Un tel niveau d’épuisement augmente considérablement le risque d’erreurs, de ralentissement des réactions et d’incidents graves.

Les travailleurs doivent prendre des pauses régulières, alterner les tâches et suivre les politiques qui limitent les heures supplémentaires excessives ou les quarts de travail consécutifs. Les superviseurs doivent identifier les premiers signes de

fatigue (ralentissement des mouvements, bâillements, absence) et intervenir avant qu’un travailleur n’atteigne un état d’épuisement dangereux. Le sommeil, l’hydratation et une bonne planification des quarts de travail sont essentiels pour rester vigilant, en particulier lorsque l’on travaille en hauteur ou à proximité de machines. La gestion proactive de la fatigue permet de prévenir les chutes, les erreurs et les incidents graves au travail.