

Les conséquences du travail de nuit sur la santé des marins du remorquage

Mme Jennifer ALMAS-ALLARD

Infirmière des gens de mer, Nantes

Les marins travaillant au sein du remorquage portuaire sont soumis de façon régulière au travail de nuit.

Différents constats sont en faveur de répercussions de ce travail de nuit sur leur santé : des troubles du sommeil à court terme et d'autres types de pathologies sur le long terme. Après une présentation de l'entreprise et de ces salariés, une analyse de la problématique et ses conséquences sur la santé a permis d'émettre une hypothèse de travail : « Si les marins travaillant au remorquage présentent des troubles de sommeil pouvant entraîner une baisse de la vigilance et une altération de leur santé cela pourrait être lié à une méconnaissance sur la gestion du sommeil. » Afin de vérifier cette hypothèse un questionnaire sur les habitudes d'hygiène du sommeil, des échelles de fatigue et de vigilance a été proposé aux salariés de l'entreprise.

L'analyse des résultats obtenus a permis de valider l'hypothèse et de proposer des actions de prévention afin d'améliorer la gestion du sommeil en lien avec du travail de nuit et des horaires atypiques.