

La main-d'oeuvre vieillissante

Pourquoi c'est important

À mesure que nous vieillissons, notre ouïe et notre vision s'affaiblissent, il devient plus difficile d'effectuer plusieurs tâches en même temps, cela peut nous prendre plus de temps à accomplir des tâches simples et cela prend beaucoup plus de temps à se remettre d'une blessure.

En vieillissant, notre équilibre et notre agilité diminuent, rendant cela plus difficile à récupérer suite à un changement de posture.

La densité et la masse de nos os diminuent avec l'âge. Suite à une fracture causée par une glissade, un faux pas ou une chute, il ne sera peut-être pas possible de récupérer complètement.

Une réduction de l'amplitude des mouvements et un temps de réaction plus lent sont également des facteurs pour un travailleur âgé. Les conséquences peuvent donc être plus graves qu'elles ne le seraient chez un travailleur plus jeune.

La force globale et la masse musculaire diminuent en vieillissant. Les employeurs doivent tenir compte de la capacité de levage d'un travailleur plus âgé.

Les travailleurs peuvent dénier ces facteurs et ils peuvent résister à effectuer les changements nécessaires à leurs méthodes de travail. Les employeurs doivent être conscients de ces sensibilités tout en assurant que leur santé et leur sécurité demeurent la principale priorité.

Comment maîtriser les dangers

- Les techniques de levage appropriées doivent être passées en revue régulièrement pour s'assurer que le travailleur n'impose pas un trop grand stress sur le corps à cause de techniques incorrectes.
- Une plus grande attention doit être placée sur le fait de s'assurer que toutes les tâches sont effec-

tuées dans la posture la plus idéale possible.

- Tout levage manuel s'effectue entre la hauteur de la taille et des épaules étant donné que ceci impose un moins grand stress sur le corps.
- Des bottes de travail munies de semelles antidérapantes peuvent offrir une meilleure protection contre les glissades et les chutes.
- Les pauses sont importantes, mais chez les travailleurs plus âgés, accomplir des tâches multiples et rester concentré peut être d'autant plus difficile
- Le conditionnement physique devient plus important chez les travailleurs plus âgés. Les travailleurs doivent s'assurer d'être physiquement prêts pour la tâche. La musculation, une bonne alimentation et une augmentation de l'activité physique peuvent aider à maintenir une bonne condition physique.
- Avec les changements, les travailleurs plus âgés peuvent se retrouver dans des postes qui exigent plus d'eux sur le plan physique. Les employeurs devraient s'assurer que le travailleur plus âgé peut satisfaire aux exigences physiques de la nouvelle tâche et doit permettre une période d'adaptation à ces nouvelles exigences physiques.

Montre et raconte

- Expliquez les étapes que votre compagnie suit pour assurer la santé et la sécurité de vos travailleurs plus âgés.
- Insistez sur le fait que la main d'oeuvre vieillissante offre de nombreux avantages au lieu de travail. Ils offrent une foule de connaissances et d'expériences et aident à encadrer les jeunes travailleurs. En étant proactifs et en prenant les étapes nécessaires pour accommoder, les avantages sont plus importants que tout problème à long terme.