

Opérateur PC /Superviseur Trafic Autoroutier

Activités Connexes : situations Autres : 11.17.19 Mise à jour : 03/2025

Codes : NAF 8010Z ROME :K 25 03 ; PCS : 534 a

Les informations fournies sont indicatives, sans caractère obligatoire, et n'ont aucune valeur légale

Situation Travail

A en charge la surveillance du **trafic autoroutier**, sa bonne **fluidité**, la protection et l'information des usagers, la gestion de l'ensemble des événements qui peuvent survenir sur le tracé et en même temps la gestion et la surveillance des équipements.



-Récupère des informations émanant des **agents routiers** ou des usagers de **l'autoroute** puis envoie un agent routier ou un **patrouilleur** sur place pour régler le problème (ramasser des débris ou un objet tombé, éloigner des animaux, protéger la circulation...).



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

Il s'appuie sur une équipe d'**agents entretien autoroutiers**, et de **patrouilleurs** qui interviennent à sa demande sur les voies de l'autoroute et qui lui rendent compte de la situation.

L'essentiel de son activité se passe derrière un pupitre, avec un contrôle d'écran, une saisie et une gestion informatique.

- Recueille les informations venant du réseau. :

Plusieurs centaines de caméras scrutent en permanence le réseau en temps réel.

Régulièrement, quelques centaines de capteurs répartis sur le réseau permettent de connaître le trafic de véhicules et leur vitesse moyenne en autant de points.

D'autres capteurs rapportent en continu la température de l'air et de la chaussée (stations météo).

Suit de près l'évolution de la **météo** été comme hiver, afin d'anticiper les orages, averses de grêle, plaques de verglas et autres chutes de neige.

Ces informations permettent :

D'avoir une vision en temps réel du trafic : les voies fermées pour travaux ou en cas d'accident, les conditions de circulation, les éventuels ralentissements.

De constater des anomalies sur les voies circulées (objets tombés d'un véhicule, animaux errants...), de visualiser : un ou des véhicules arrêtés sur la BAU ; un accident ; un véhicule en feu....

Ces informations sont retransmises soit

- Aux automobilistes : sur les panneaux à message variable, ou encore par l'intermédiaire d'Autoroute Info 107.7, pour signaler un ralentissement, un incident, un accident.
- Aux agents de sécurité /patrouilleurs : afin qu'ils puissent intervenir rapidement pour dégager une voie d'un encombrant, attraper un animal errant sur le tracé, sécuriser une voie etc...
- Aux Secours et Gendarmerie en cas d'accident grave...

L'opérateur doit avoir les capacités : à résister au stress (garder son calme en toutes circonstances), à gérer les priorités, à supporter les « multi-sollicitations » ...et à passer instantanément, en cas d'incident, de la veille à une action rapide et efficace.



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

- Travaille : en 2x8h ou en 3x8h selon le type de PC et les périodes de l'année, peut travailler seul ou en équipe au PC, peut-être d'astreinte.

Exigences

- Acuité Auditive Adaptée /Poste :
- Attention/ Vigilance
- Capacité Réflexion /Analyse :
- Charge Mentale :
- Horaire Travail Atypique : 3x8h, 2x8h ; travail de nuit, astreinte,
- Sens Responsabilités :
- Temps Réaction Adaptée :
- Travail Seul (PC district)
- Vision adaptée au poste :

Accidents Travail

- Chute Plain-Pied : encombrement, escalier

Nuisances

- Risque Psychosocial (RPS) / Stress ... ;

Maladies Professionnelles

Néant

Mesures Préventives

*Un clic sur un des items des Mesures Préventives, ouvre **sur le chapitre correspondant** du Guide Bonnes Pratiques Prévention BTP*

MESURES ORGANISATIONNELLES :



PREVENTION GAGNANTE BTP
Performance Economique

[Principes Généraux Prevention/Recommandations CNAM](#)

[Document Unique Evaluation Risques Professionnels \(DUERP\)](#)

[Organisation Premiers Secours](#)

[Risques Psychosociaux\(RPS\)/Qualité Vie Conditions Travail \(QVCT\)](#)

[Risque Routier Transport Personnels/Matériels :Véhicule Utilitaire léger & VL :trajet domicile travail](#)

[Sécurité Incendie](#)

[Sédentarité Travail/Activités Physiques en Entreprise](#)

[Travail Isolé : peut travailler seul](#)

[Travaux Interdits/Règlementés Jeunes Ages au moins 15 ans moins18 ans](#)

MESURES TECHNIQUES :

Aménagement Bureau : salle PC

Chute Plain-Pied : **cf. Conception des locaux :**

Lutte Incendie.

Organisation Premiers Secours

Risques Psychosociaux (RPS) Qualité Vie Conditions Travail (QVCT) /TIC/Sexisme

Travail Isole

MESURES HUMAINES :

Accueil Nouveaux Embauches/ Intérimaires

Information Risques Sante Sécurité Salaries

Formation/Maintien-Actualisation Compétences (MAC-SST)

Formation Utilisation Matériels Lutte Incendie



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Information Sensibilisation Hygiène Vie : travail de nuit, sommeil, alimentation...

Sensibilisation Risques Psychosociaux(RPS)

Sensibilisation Risque Routier

Suivi Individuel Préventif Santé

❖ Modalités Suivi Prise en charge Surveillance Santé

OBJECTIFS :

- Informer la personne sur les facteurs de risques de son métier , et la sensibiliser sur les moyens de prévention collectifs et individuels(remettre une fiche métier)
- **Tracer ses expositions professionnelles**
- **Prévenir++** et **dépister** les maladies professionnelles ou à caractère professionnel susceptibles de résulter de ses activités professionnelles **(actuelles et passées)**
- Préserver sa santé physique et mentale, tout au long du parcours professionnel, afin de prévenir, ou réduire la pénibilité et l'usure au travail, les risques psychosociaux(RPS), **la désinsertion professionnelle** (cellule dédiée dans le SPST, visite de mi-carrière) , *et ainsi contribuer au maintien dans l'emploi.*
- **Participer à des actions de promotion de la santé** : liés au mode de vie : hygiène alimentaire, sommeil, sédentarité, bénéfiques de la pratique sportive , conduites addictives ... , pratiquer les vaccinations nécessaires , participer à des campagnes de de dépistage ...
- L'Informer sur les modalités de suivi de son état de santé , et sur la possibilité dont il dispose, à tout moment, de bénéficier d'une visite à sa demande avec le médecin du travail.



Risques Particuliers : PRÉVENTION GAGNANTE BTP

- Néant

Performance Economique

Risques Autres :

- Horaires Atypiques : 3x8h, travail de nuit

Article L3122-2 : Tout travail effectué au cours d'une période d'au moins neuf heures consécutives comprenant l'intervalle entre minuit et 5 heures est considéré comme du travail de nuit ; **la période de travail de nuit commence au plus tôt à 21 heures et s'achève au plus tard à 7 heures.**

Le travail de nuit fait partie **des six facteurs de pénibilité visés dans le Code du travail.**

- Risque Psychosocial (RPS) / Stress
- Sédentarité

Examens Complémentaires/Mesures Conseillés :

Aucun examen complémentaire n'est à prescrire systématiquement (conseillé à titre indicatif), dépend du protocole de suivi défini par le médecin du travail.

❖ Contrôle fonction visuelle/ Fatigue oculaire :

❖ Travail nuit : recommandations HAS 2012 : Rechercher :

Il peut avoir des impact importants sur la santé et la sécurité des salariés :

Recherche des antécédents cardiovasculaires et de pathologies altérants la santé mentale

Réaliser un suivi médical régulier en fonction de l'état de santé général en s'attachant à la recherche des effets pathogènes

- ✓ Désynchronisation de l'horloge biologique favorisant la survenue de troubles du sommeil et de troubles métaboliques.
- ✓ Perturbations du sommeil pouvant se traduire par une somnolence ou une baisse de vigilance qui augmentent les risques d'AT
- ✓ Risque d'isolement social

Il est recommandé de :



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

- Mesurer le poids et sa distribution (tour de taille, calcul de l'IMC à la 1^{re} visite médicale, et lors des examens ultérieurs).
- Surveiller lors de chaque examen la TA.
- S'assurer que le travailleur posté et/ou de nuit bénéficie d'un bilan lipidique périodique et d'un dépistage du diabète de type 2 en fonction des autres facteurs de risque associés.
- L'interroger sur la fréquence et les modes de consommations alimentaires et sur la pratique d'une activité physique régulière
- L'interroger sur l'apparition de symptômes digestifs (nausées, troubles du transit, douleurs abdominales, troubles dyspeptiques, pyrosis, brûlure épigastrique) et de rechercher des signes cliniques évocateurs d'un syndrome ulcéreux
- Rechercher des symptômes dépressifs et/ ou anxieux : échelle de dépression HAD (*Hospital Anxiety and Depression Scale*) **Outil Echelle HAD - HAS Travail nuit**

Travail de nuit : chez la femme : suivi gynécologique avec mammographie de dépistage ,selon recommandations HAS sans examen additionnel spécifique

Les perturbations du rythme circadien (rythme de 24 h contrôlé par une horloge biologique interne) peuvent être la cause de l'augmentation du risque de **cancer du sein** chez les femmes qui travaillent de nuit (parmi **les femmes non ménopausées**, le travail de nuit **augmente de 26% le risque de cancer du sein chez la femme** ; les résultats montrent également que le risque diminue après l'arrêt du travail de nuit. (**Étude INSERM 03/2018**)

Le risque semble particulièrement croître chez les femmes *qui ont travaillé plus de 2 nuits par semaine pendant plus de 10 ans.*

Sont à rechercher aussi : les effets avérés ou suspectés du travail de nuit : les troubles du sommeil et de l'humeur, le diabète, l'obésité, les maladies cardio-vasculaires, ou dans l'apparition d'autres cancers comme ceux de la prostate.

Agenda sommeil-éveil - HAS

Questionnaire de typologie circadienne de Horne et Ostberg

Échelle somnolence d'Epworth,



PREVENTION GAGNANTE BTP
Performance Economique

Surveillance médico-professionnelle des travailleurs postés et/ou de nuit SFST et autres sociétés savantes TM 25 INRS 09/2012

Travail de nuit : mieux comprendre les risques pour agir en prévention INRS mise à jour 03/2025

Travail de nuit : chez la femme : suivi gynécologique avec mammographie de dépistage ,selon recommandations HAS sans examen additionnel spécifique

Le risque de cancer du sein chez les travailleuses de nuit INRS 03 /2019

❖ Dans le cadre du Suivi Individualisé :

✓ Veiller :

- A un Poids Corporel normal (IMC cible de 18.5 à 24.9 kg/m²) : **Calcul IMC**
- Au risque de complications métaboliques et cardiovasculaires :
 - Elevé à partir d'un tour de taille supérieur ou égal à 94 cm chez l'homme ; et supérieur ou égale à 80 cm chez la femme

- Significativement élevé à partir d'un tour de taille de ≥ 102 cm *chez l'homme* ; ≥ 88 cm *chez la femme*.

Grâce à la normalisation du poids corporel, on note très souvent une amélioration du risque cardiovasculaire

- **Agir contre l'Inactivité physique ou "comportement sédentaire"** qui est la première cause de mortalité évitable dans les pays occidentaux, devant le tabac ; la prévention en ce domaine est très peu développée au niveau professionnel.

Une action d'accompagnement des personnes dans leurs choix de santé, **par des actions d'éducation**, est nécessaire++ afin de donner à chacun les moyens de prendre en charge sa propre santé de manière autonome et responsable

Une méta-analyse publiée dans le **Journal of Clinical Oncology en 12/ 2019** a étudié les relations entre l'activité physique et l'incidence de 15 types de cancer chez plus de 750 000 personnes suivies pendant 10 ans.



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

Les résultats montrent **qu'une pratique hebdomadaire de 2,5 à 5 heures d'activité physique d'intensité modérée** permet de réduire significativement les risques d'apparition de 7 cancers différents sur les 15 étudiés : **côlon, sein, endomètre (utérus), rein, myélome (moelle osseuse), foie et lymphome non hodgkinien (système immunitaire).**

- ❖ **L'inactivité physique** se définit, comme le non atteint : des seuils d'activité physique recommandés : pour un adulte **150' d'activité d'intensité modérée ou 75 'd'intensité élevée/semaine (25' 3 fois/semaine).**
- ❖ **Le comportement sédentaire** : se caractérise par une position assise ou allongée en situation d'éveil avec une dépense énergétique inférieure ou égale à 1,5 fois le repos

Testez vos connaissances : activité physique et sédentarité ONAPS 06/2019

- Bilan biologique (profil lipidique) et ECG :

- Age > 45 ans chez les hommes ; > 55 ans chez les femmes :
 - Chez le sujet présentant **des facteurs de risque péjoratifs** : obésité (IMC > 30), hypertendu et diabétique ; taux de HDL-cholestérol est < 0,60 g/l ; taux LDL > 1,60g/L
 - Chez les sujets présentant **l'association de 2 de ces facteurs de risques**
 - Tabagisme actif ou sevré depuis moins de 5 ans
 - Hérité cardio-vasculaire chez un ascendant du premier degré à un âge précoce (avant 55 ans chez le père ou 65 ans chez la mère)
 - Pas d'activité physique régulière
 - Consommation alcool excessive

Les facteurs de risque cardiovasculaires se potentialisent, c'est-à-dire qu'ils s'aggravent l'un l'autre.

Ainsi, l'association de plusieurs facteurs de risque, même de faible intensité, peut entraîner un risque très élevé de maladie cardio-vasculaire.



PREVENTION GAGNANTE BTP Performance Economique

Ainsi une TA modérée, une petite intolérance au sucre, un cholestérol moyennement élevé, chez un petit fumeur, est un terrain beaucoup plus « à risque » qu'un cholestérol très élevé isolément.

Santé du cœur - Fédération Française de Cardiologie

❖ Tabagisme :

1/ Faire prendre conscience au salarié du coût de sa consommation

TEST : Le coût de ma consommation

2 / Aborder la dépendance au tabac : trois types de dépendance

Tabac - Les Outils d'évaluation, d'orientation et d'accompagnement Addict Aid :
Tests : Fagerstrom ; Lagrue Legeron ; Demaria Grimaldi Lagrue

Fédération Française Cardiologie : propose des informations pratiques et documentées sur les facteurs de risque cardio-vasculaire.

Tabac Info Services : information sur le tabac ; centre antitabac le plus proche de chez vous

Comité Français Lutte contre Hypertension Artérielle

❖ **Recherche symptômes Epuisement Professionnel (Burn out) :**

Le burn-out se traduit de diverses manières, ses signes ne sont pas spécifiques, il s'agit souvent de symptômes de stress chronique :

- **Signes Emotionnels** : tensions nerveuses, humeur triste, peurs indéfinissables ...
- **Signes Physiques** : troubles du sommeil, fatigue chronique, vertiges
- **Signes Cognitifs** : diminution de la concentration, erreurs, oublis, difficultés à réaliser plusieurs tâches à la fois...
- **Signes comportementaux ou interpersonnels** : repli sur soi, comportement agressif ou dérive vers des conduites addictives (alcool, drogues, tabagisme accru...)
- **Signes de Démotivation** : dévalorisation de soi, doute de ses compétences, perte de motivation ...



PREVENTION GAGNANTE BTP
Performance Economique

Questionnaire d'auto-évaluation de l'épuisement professionnel pour les cliniciens et les patients Marie Peze

Maslach Burnout Inventory comporte 22 questions permettant d'explorer 3 dimensions :

- Sentiment Epuisement Emotionnel : 9 questions (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20)
- Déshumanisation : 5 questions (5, 10, 11, 15, 22)
- Degré d'accomplissement personnel au travail : 8 questions (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21)

Chaque échelle donne un score, les 3 scores permettent de situer l'état de burnout de la personne

Le MBI, est un outil qui permet d'évaluer la sévérité du Burn-out, de distinguer pour chacune des dimensions, s'il est faible, moyen ou élevé.

Un score élevé aux deux premières échelles et un score faible à la dernière signe un épuisement professionnel

❖ **Vaccinations :**

❖ **Examens Dépistage Santé :**

❖ **Téléconsultation :**

❖ **Visite médicale mi-carrière :**

❖ **Actions sensibilisation à la lutte contre l'arrêt cardiaque et aux gestes qui sauvent au départ à la retraite du salarié**

Opérateur PC /Superviseur Trafic Autoroutier : pas de SPE/SPP

✓ **Nuisances ayant des effets différés potentiels :**



PREVENTION GAGNANTE BTP

Performance Economique

- Travail de nuit : chez la femme : suivi gynécologique avec mammographie de dépistage ,selon recommandations HAS sans examen additionnel spécifique
- Travail en équipes successives alternantes