

## Politique Gestion des risques liés à la fatigue

### DÉFINITIONS

*Fatigue* : Sensation subjective éprouvée sur les plans physique et mental. Elle varie de la fatigue à l'épuisement et crée un état général qui nuit aux aptitudes physique et cognitive nécessaires pour fonctionner normalement, et peut même faire en sorte que le résident soit incapable d'accomplir ses tâches.

L'expérience de la fatigue comprend une combinaison de caractéristiques physiques (p. ex. somnolence) et psychologiques (p. ex. fatigue de compassion, épuisement émotionnel)<sup>1</sup>.

*Gestion des risques liés à la fatigue (GRLF) dans le contexte de la formation médicale postdoctorale* : Un ensemble de principes et de pratiques de prévention et d'atténuation de la fatigue intégré à tous les niveaux du milieu de travail, conçu pour favoriser la surveillance, la gestion et l'amélioration des effets de la fatigue et des risques connexes sur la santé et la sécurité des membres du personnel soignant et des patient·es desservis<sup>2</sup>.

Dans le contexte de la formation médicale postdoctorale, la fatigue peut avoir un impact négatif sur la santé et la sécurité des résidentes et résidents et également sur la sécurité des soins. Le vice-décanat aux études médicales postdoctorales reconnaît que la fatigue constitue un danger dans le cadre de la formation médicale postdoctorale et il soutient l'élaboration d'une politique et la mise en application de règles de gestion des risques liés à la fatigue. Dans un établissement offrant des services de soins de santé en tout temps, la fatigue est inévitable. Dans ce contexte, comme il n'est pas réaliste d'éliminer la totalité des risques qui y sont associés, on fait appel à la responsabilité de tous afin de travailler de concert pour les atténuer. Cette responsabilité partagée fait en sorte que les résidentes et résidents doivent jouer un rôle clé en apprenant à gérer leur propre fatigue et en la signalant à leurs superviseur·es, à leurs pairs et à l'équipe soignante.

---

<sup>1</sup> D'après l'Association des infirmières et infirmiers autorisés de l'Ontario, 2010.

<sup>2</sup> Groupe d'étude sur la gestion des risques liés à la fatigue, 2018

## **OBJECTIF DE LA POLITIQUE**

L'objectif de la présente politique est de s'assurer que les résidentes et résidents soient informés des risques liés à la fatigue et des stratégies qui les aideront à les identifier et à en atténuer les conséquences.

Cette politique constitue un outil de base qui peut, au besoin, être adapté de façon plus spécifique dans chacun des programmes de formation.

## **PORTÉE**

Cette politique s'applique aux résidentes et résidents de tous les programmes de formation médicale postdoctorale de l'Université de Montréal, pour toute la durée des activités associées à leur rôle de médecin résident.

## **RÔLES ET RESPONSABILITÉS**

### **Responsabilités du vice-décanat aux études médicales postdoctorales**

- Soutenir une culture permettant de discuter ouvertement de la fatigue et la reconnaître comme un risque dans la formation médicale postdoctorale ;
- Veiller à diffuser la présente politique à tous les programmes de formation médicale postdoctorale et à toutes les résidentes et résidents ;
- Analyser les données et les informations concernant la GRF aux fins de l'amélioration continue afin de relever les points forts et de prendre des mesures à l'égard des éléments à améliorer ;
- Revoir régulièrement la présente politique et s'assurer de la pertinence des différents éléments qui y sont intégrés.

### **Responsabilités des directions de l'enseignement des sites de formation**

- Travailler en collaboration avec le vice-décanat aux études médicales postdoctorales et ses directions de programme pour adapter la politique de GRF au contexte local ;
- Travailler en collaboration avec les responsables de la confection des grilles horaires pour offrir suffisamment d'occasions de repos et de récupération entre les quarts de travail ;
- S'il y a lieu, enquêter sur les accidents et/ou incidents liés à la fatigue qui leur sont rapportés ;
- Fournir des aires de repos appropriées permettant aux résidents de récupérer pendant ou après le quart de garde.

### **Responsabilités des directions de programme**

- Travailler en collaboration avec le vice-décanat aux études médicales postdoctorales pour réviser la politique de GRF, l'adapter au besoin et en assurer la mise en application dans leur propre programme ;
- S'assurer de la participation des résidents à la formation sur la GRF : « Aide médicale à dormir : adaptations aux changements d'horaire » ;
- Intégrer des ressources éducatives et des renseignements sur la prévention, l'atténuation et les stratégies de reconnaissance de la fatigue au programme de formation et sur l'impact de la fatigue sur la santé globale des résidents ;
- Informer la direction de l'enseignement de l'établissement concerné et le vice-décanat aux études médicales postdoctorales des incidents et/ou accidents liés à la fatigue qui leur sont rapportés ;
- S'assurer du respect de la convention collective des résidents quant à l'horaire de travail et au service de garde.

### **Responsabilités des professeurs et des superviseurs cliniques**

- Participer à l'éducation des résidentes et résidents sur la GRLF ;
- Le cas échéant, relever et déclarer les risques liés à la fatigue au comité de programme ;
- Informer la direction du programme des obstacles à la gestion efficace des risques liés à la fatigue ;
- Réagir aux déclarations de fatigue de façon à préserver la santé et la sécurité des patients et des résidentes et résidents ;
- Utiliser des stratégies appropriées d'atténuation des risques lorsque les des résidentes et résidents sont confrontés à la fatigue et prendre des mesures adéquates si un apprenant n'est pas en état de travailler.

### **Responsabilité des résidentes et résidents**

- Se présenter au travail dans un état permettant d'exercer ses fonctions en toute sécurité ;
- Utiliser son temps à l'extérieur du travail pour se reposer suffisamment ;
- Signaler à son superviseur quand il n'a pas été en mesure de dormir suffisamment ou quand il estime courir un risque de commettre une erreur liée à la fatigue ;
- Suivre la formation « Aide médicale à dormir: adaptations aux changements d'horaire » offerte dans le cadre des cours de situation d'urgence en médecine interne et également disponible sur [MedCOURS](#) ou sous forme "auto-portante" (version enregistrée) sur le site du [DPC](#) dans la section des outils pour la transition à la pratique ;

- Relever et déclarer collectivement les risques liés à la fatigue à leur comité de programme ou dans le rapport annuel des résidents soumis au vice-décanat aux études médicales postdoctorales ;
- Déclarer à leur direction de programme les erreurs particulières ou les comportements ou situations qui pourraient présenter des risques liés à la fatigue.

## PROCESSUS DE COMMUNICATION

Les résidentes et résidents, professeurs ou superviseurs qui identifient une problématique en lien avec la GRLF devraient en faire part à un représentant du programme de résidence (résident coordonnateur, professeur ou directeur de programme). Ce faisant, l'information sera transmise au comité de programme qui veillera à prendre les mesures nécessaires pour améliorer ou corriger la situation.

## RESSOURCES

Cours du Dr Alex Desautels : Aide médicale à dormir: adaptations aux changements d'horaire, dans le cadre des cours d'urgence d'été (MMD6605). Ce cours est offert en présentiel et par visioconférence. Le cours est enregistré et mis en ligne sur l'environnement numérique d'apprentissage de la Faculté à l'URL suivant: [www.medcours.umontreal.ca](http://www.medcours.umontreal.ca). Les résidents peuvent aussi, à tout moment, consulter le cours en ligne après sa diffusion. Cours : MMD6605  
Nom d'utilisateur: Votre code SIM (accès au portail de UdeM, Ex : P0XXXXXX)  
Mot de passe: Votre UNIP).

Discussions sur l'effet de la fatigue sur la sécurité des soins et le raisonnement clinique lors de deux (2) ateliers de la journée sur la sécurité des soins et des résidents (journée de formation obligatoire pour tous les résidentes et résidents de première année (R1)), soit dans la session d'introduction à la sécurité des soins et dans celle portant sur les biais cognitifs dans le raisonnement clinique.

Liens vers la description du stage de nuit vers les ressources d'aide en matière de gestion des risques liés à la fatigue.

<https://medpostdoc.umontreal.ca/etudiants/stages/stage-de-nuit/>

Adoptée par le Comité des études médicales postdoctorales  
(2020-CEMP-43-res01), 16 septembre 2020  
Adoptée par le Comité exécutif de la Faculté de médecine  
(CEFM-20-4543), le 15 octobre 2020  
Version révisée adoptée par le sous-comité amélioration continue de la qualité  
du Comité des études médicales postdoctorales le 18 mars 2026  
2026-CEMP-ACQ-02\_RES-02