

**Promotion de la
sécurité dans les
sports de glisse :

une responsabilité
partagée**

**Valois Boudreault,
DSPE-RRSSE**

JASP 2003



Objectif :

Permettre aux personnes participantes de se familiariser avec un exemple d'intervention locale en promotion de la sécurité auprès de différents acteurs.

Origine de l'implication de la Direction de santé publique :



Demande du Directeur des services orthopédiques du CHUS



Importance et gravité des fractures chez jeunes planchistes



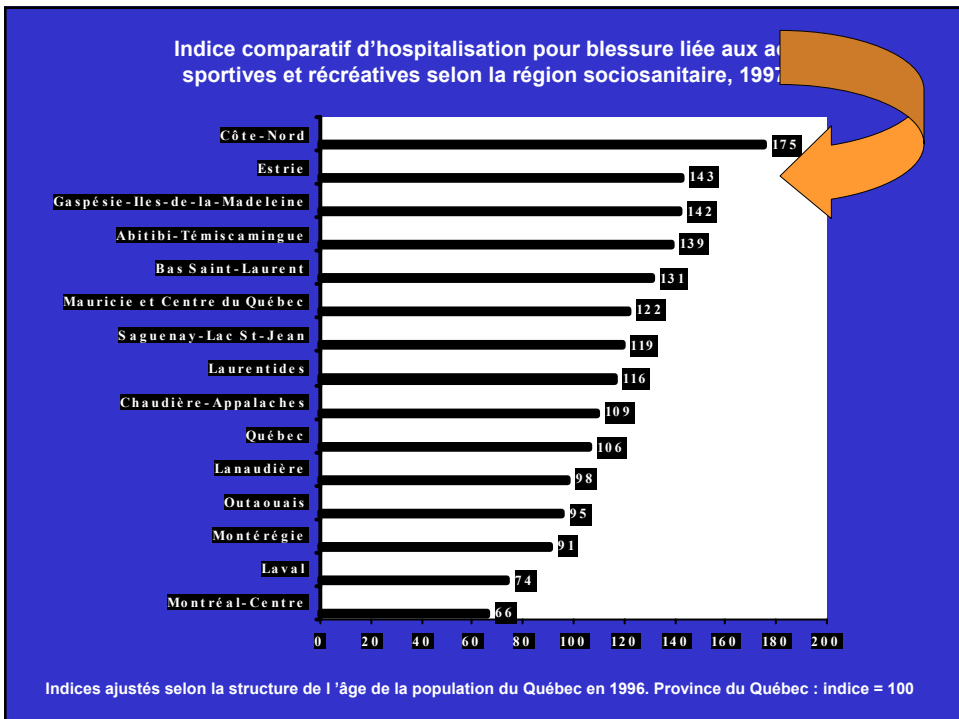
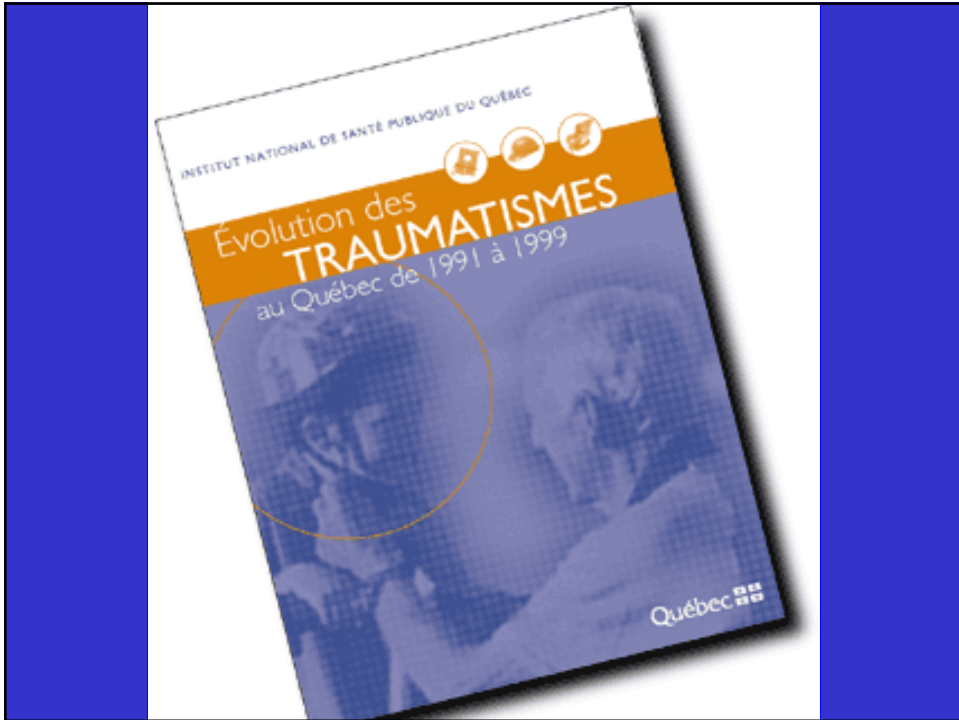
La Tribune Sherbrooke

François Gougeon Février 2000

La planche à neige représente une véritable bête noire aux urgences du CHUS en raison du nombre de personnes blessées à traiter.

« Dans les pics, par exemple de fin de semaine, on peut recevoir de six à sept cas par jour. Et ce n'est pas toujours de petites fractures » affirme le Dr Pierre Guérette, médecin chef des urgences au CHUS....

« Quand il nous arrive un jeune avec une fracture du fémur après avoir percuté un arbre, c'est qu'il descendait assez vite merci... Certains ne portent même pas de casque de protection... » a exprimé l'urgentologue en chef au CHUS.



Transport ambulancier



Station 1: ↓

Station 2: ↑

Station 3: →

Station 4: ↓

Station 5:

Méthodologie

- 4 stations de la région de l'Estrie (sur une possibilité de 5)
- Portrait des blessures
- Résultats proviennent de la totalité des rapports d'accidents de quatre stations,

Portrait de la situation dans les stations de ski de la région de l'Estrie (saison 2000-2001)

- Skieurs : 2/3
- Surfers : 1/3
- Proportion des surfers augmente
- Les surfers sont souvent débutants
- Augmentation du nombre de parc et air de jeu
- Nombre élevé de blessures chez les surfers

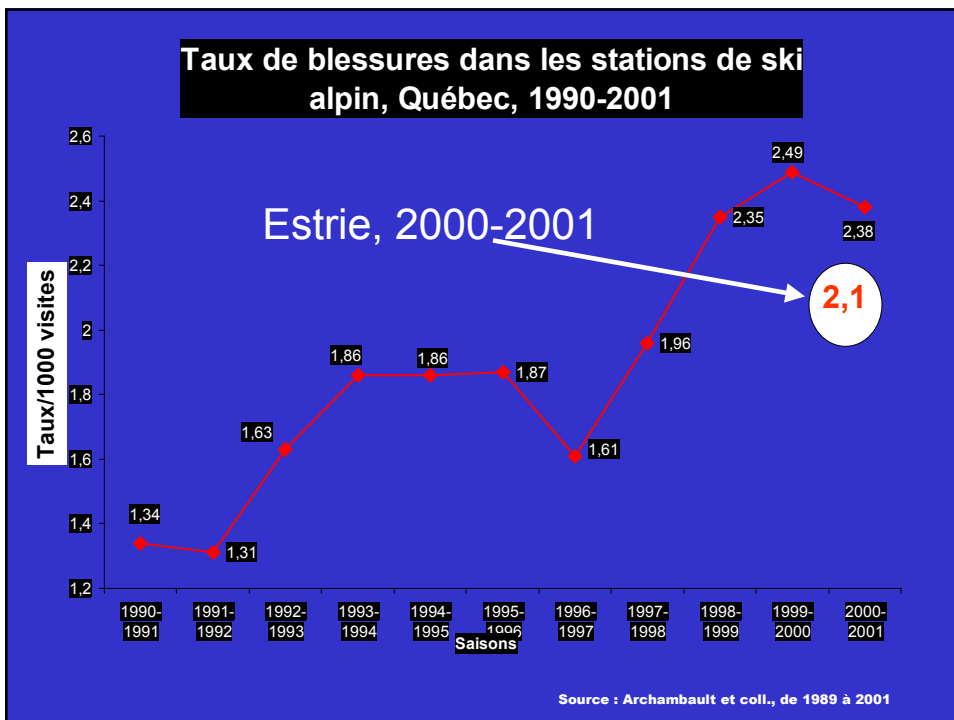


Portrait de la clientèle blessée: Taux par station

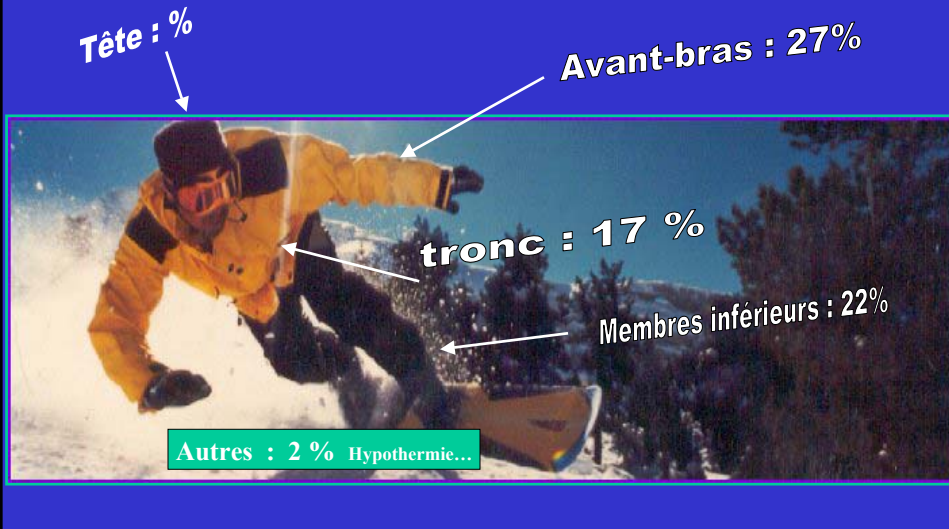
	Nombre total de blessés	Taux brut	Taux ajusté
Station 1	119	1,7	1,7
Station 2	228	3,1	2,7
Station 3	488	2,1	1,9
Station 4	172	1,6	1,6
4 stations	1007	2,1	2,0

Portrait de la clientèle blessée: Planchistes

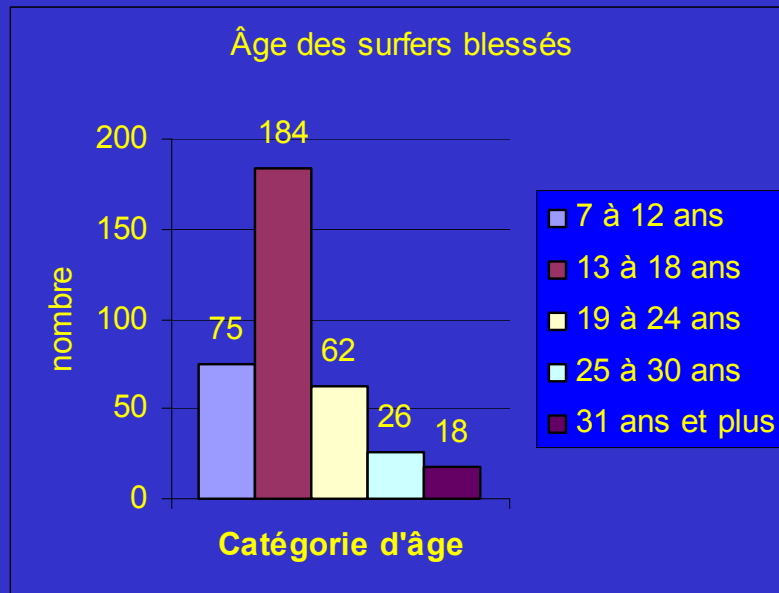
	Nombre total de blessé	Néviplanchiste %	Homme %	Femme %
Station 1	119	30%	75%	25%
Station 2	228	57%	67%	33%
Station 3	488	33%	69%	31%
Station 4	172	22%	67%	33%
4 stations	1007	36% (365) (moyenne)	69% (moyenne)	31% (moyenne)



Répartition selon les sites de blessure (surf)



Répartition par catégorie d'âge, surf



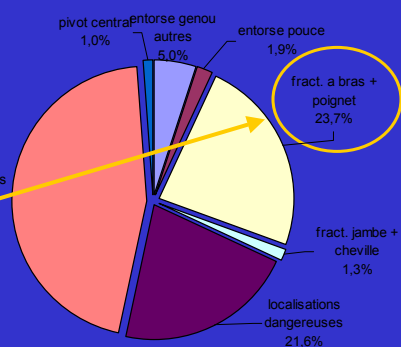
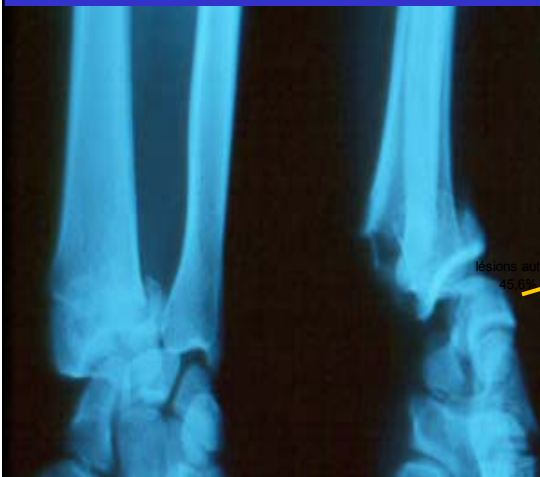
RÉPARTITION DES BLESSURES, endroit sur la montagne

- SKI ALPIN (N_{TOTAL}=504)
- SURF (N_{TOTAL} = 365)
- 2% = parc/air de jeu
- 8% = remontée mécanique
- 8% = remontée mécanique

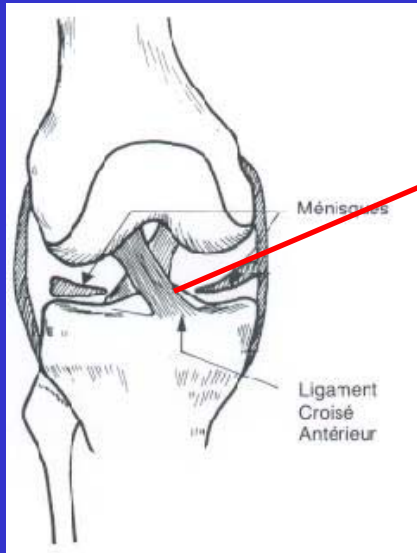


La fracture du poignet et de l'avant-bras est la pathologie la plus rencontrée chez les snowboarders.

Les marqueurs traumatiques en snowboard

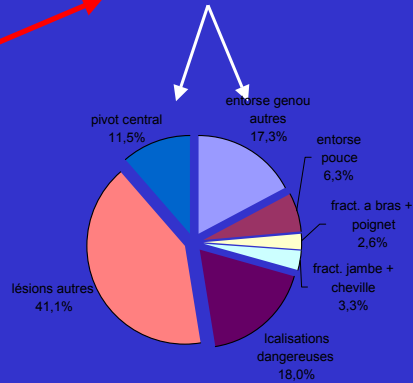


la rupture du ligament croisé antérieur (LCA)



Les marqueurs traumatiques en ski alpin

LCA = 28%



Eviter les entorses du genou en ski alpin

Plus d'une entorse du genou sur deux est la conséquence d'une fixation mal réglée

Les femmes de plus de 25 ans sont particulièrement exposées à ce type de lésions : leur risque est 3,5 fois supérieur à celui de l'homme.

Une entorse du genou peu entraîner une instabilité permanente, une gêne fonctionnelle dans la pratique de certains sports et une arthrose précoce du genou

Solution faire régler et ajuster chaque saison ses fixations auprès des professionnels, vendeurs et loueurs de matériel selon les normes Afnor.



Pour diminuer ce type d'accident, une bonne **préparation physique** est également indispensable.

Au moins deux mois avant de partir, musculation , vélo, course à pied ou roller sont recommandés

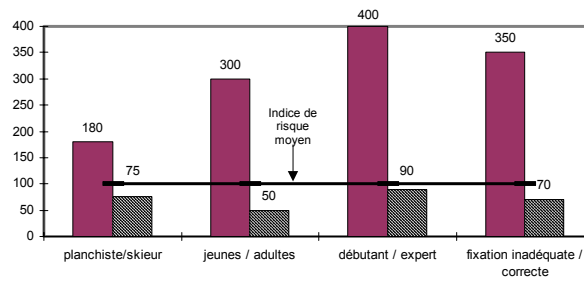
Notre clientèle cible, surf

Agir en prévention

Haut risque



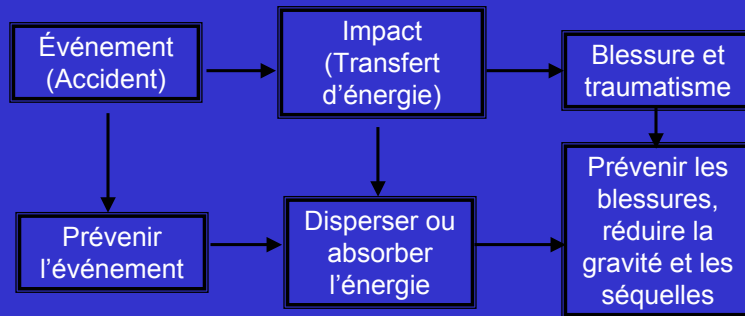
Âge	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
Nb	1	4	3	4	12	23	27	33	37	38	27	25	24	12	14	12	5	10	9	6	4



Graphique 3 : Risques relatifs en fonction du type de skieurs et planchistes

Cadre conceptuel

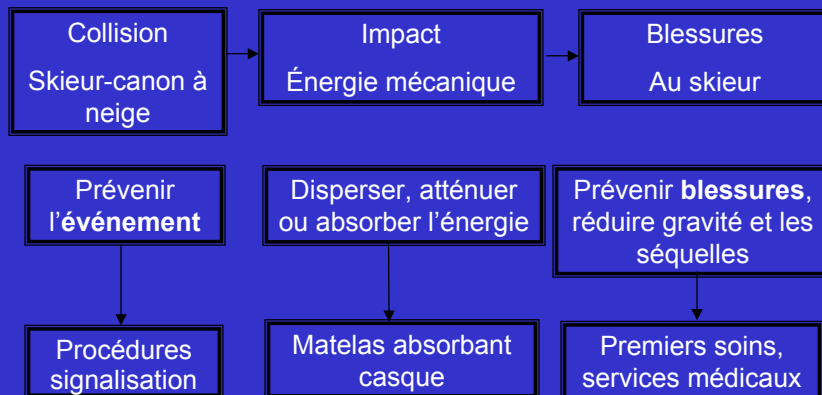
- Approche en contrôle des blessures



21

Cadre conceptuel (suite)

- Exemple: traumatisme skieur



22

Cadre conceptuel (suite)

- **Mesures de prévention dites actives**
 - Mesures requièrent la participation des individus chaque fois qu'une protection est nécessaire
 - Liées aux déterminants des comportements
 - Chute : vitesse,
 - Blessure : apprendre à se protéger lors d'une chute
 - Nécessitent des approches d'éducation pour la santé

23

Cadre conceptuel (suite)

- **Mesures de prévention dites passives**
 - Mesures ne requièrent pas l'intervention des individus pour leur assurer une certaine protection
 - Liées aux déterminants de l'environnement
 - Chute : signalisation, entretien des piste, ski conforme
 - Blessure : surface damée, fixation bien calibrée
 - Nécessitent la mise en place de politiques publiques (législative, réglementaire, etc.)
 - Certaines mesures requièrent la participation des individus (port du casque)

24

Cadre conceptuel (suite)

- **Principes pour guider l'intervention**
 - Utiliser des approches mixtes (matrice Haddon)
 - Rendre prioritaire les mesures efficaces
 - Favoriser des mesures passives
 - Considérer les analyses coût-efficacité

25

Matrice de Haddon

Facteurs qui contribuent aux blessures chez les skieurs

		Axe factoriel		
		INDIVIDUS	PHYSIQUE	SOCIO
Axe temporel	avant	<ul style="list-style-type: none">• Âge - sexe• Condition physique (entraînement pré-ski, échauffement)• Conscience de sa vulnérabilité• Connaissance des risques• Compétence du planchiste (cours de ski, connaissance du code de conduite)• Alcool et drogue		
	pendant			
	après			

Matrice de Haddon
Facteurs qui contribuent aux blessures

		Axe factoriel		
		INDIVIDUS	ENVIRONNEMENT PHYSIQUE ET TECH.	ENVIRONNEMENT SOCIO-ÉCONOMIQUE
Axe temporel	avant		Entretien des pistes Balisage signalisation	CSST SLS Assureur MSSS
	pendant			
	après			

Qui peut agir?

- Skieurs et surfers ainsi que leurs parents
- Gestionnaires des centres de ski
- Moniteurs des Écoles de sport de glisse
- Patrouilleurs
- Responsables de la boutique de location d'équipement
- Responsables des groupes scolaires
- Direction de la santé publique
- Secrétariat au loisir et au sport
- Association des stations de ski du Québec



Accueil	Plan du site	Contactez-nous	Portail	Partenaires	Liens	
Ministre	Qui sommes-nous ?	Loisir	Sport	Activité physique	Securité	Intégrité et éthique
En région	Bénévolat	Etudes, recherches et statistiques		Documentation	Communiqués	Quoi de neuf ?

←← Affaires municipales

- Introduction
- Prévention des traumatismes**
 - Introduction
 - Définitions, concepts et stratégies d'intervention
- Loi et règlements sur la sécurité dans les sports
- Règlements de sécurité des organismes sportifs
- Normes
- Dossiers spéciaux
- Conseils de sécurité
- Programmes et soutien

Prévention des traumatismes

Introduction

Bien que la pratique régulière d'activités physiques, sportives et de loisir entraîne une amélioration de l'état de santé, elle comporte également des risques non négligeables de traumatismes et de décès.

Chaque année, on dénombre au Québec près de 200 décès, 5 500 hospitalisations et un quart de million de consultations médicales liées à des traumatismes survenus à l'occasion de la pratique d'une activité de loisir ou d'un sport. L'incidence socio-économique de ces traumatismes est de l'ordre de 250 millions de dollars en coûts directs et en perte de productivité.

L'ampleur du phénomène a amené le gouvernement du Québec à adopter, en 1979, la Loi sur la sécurité dans les sports. Celle-ci charge le ministre responsable de son application de veiller à ce que la sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports soient assurées.

RECHERCHE

Une approche méthodique

- Loi et règlements sur la sécurité dans les sports
- Règlements de sécurité des organismes sportifs
- Normes
- Dossiers spéciaux
- Conseils de sécurité**
 - Techni-conseils
 - Sécuri-sport express
- Programmes et soutien

La collection Sécuri-sport express s'inscrit dans un effort de vulgarisation et de diffusion d'un ensemble de règles élémentaires de sécurité dans la pratique d'activités sportives et récréatives. Sans négliger l'aspect légal, chaque document fournit :

- des renseignements quant aux responsabilités des personnes qui assurent l'encadrement d'une activité;
- des renseignements concernant l'environnement physique;
- des précisions sur l'équipement indispensable;
- des indications par rapport aux comportements et attitudes favorisant la sécurité du participant et celle de ses partenaires;
- des statistiques sur les traumatismes (mortalité et blessures) qui surviennent au cours de la pratique de l'activité;
- des références pratiques : documentation, lois et règlements, suggestions de lecture, etc.

RECHERCHE

Six dossiers « Sécuri-sport express » sont disponibles. On peut les télécharger en cliquant sur le titre. (0,2 meg)

- > [ACTIVITÉS DE PLEIN AIR : RAFTING, ESCALADE, SKI DE FOND, VÉLO ET LES SPORTS AÉRIENS](#)
- > [ACTIVITÉS NAUTIQUES : EMBARCATION, BAIGNADE, ET NATATION](#)
- > [CONDITIONNEMENT PHYSIQUE](#)
- > [HOCKEY SUR GLACE](#)
- > [SKI ALPIN ET SURF DES NEIGES](#)
- > [SPORTS DE GYMNASSE](#)

Sécuri-sport express





Prêts ? Partez ! : Expérience Maneige
expérience



thinkfirst

www.thinkfirst.ca

National Brain and Spinal Cord Injury Prevention Foundation



guide

DU PROGRAMME

LES VÉRÉS

à l'intention

SMARTRISK



SAUVE-QUI-PENSE

preventing injury with smart thinking



SAUVE-QUI-PENSE

preventing injury with smart thinking

How was SNOWSMART developed?

In April of 1999, Canada's Minister of Heritage announced that SMARTRISK would receive \$897,000 over three years to develop SNOWSMART.

SMARTRISK and its partners commissioned a year-long research project that included surveys, interviews and focus groups. We then worked with educational experts to develop a SNOWSMART curriculum that would be both engaging and educational.

SNOWSMART was pilot tested in about 25 English and French schools across Canada. Evaluations were used to improve the program.

Why do Canadians need SNOWSMART?

Young Canadians participate in winter sports more than any other age group. Yet they are often skiing, snowboarding or snowmobiling beyond their skill levels and have little, if any, knowledge about how to predict and prevent possible injury. Consider:

- In the winter of 1997-98, 21 Canadians died in avalanches, six of whom were under 18.
- The number of snowboarding injuries has skyrocketed in recent years, with

Sécurité Jeunes

CANADA

à l'attention

- [Comment protéger les enfants contre les dangers des sacs gonflables](#)



[Les terrains de jeu](#)



[La sécurité nautique](#)



[La sécurité à pied](#)



[Sports et Loisirs d'hiver en Toute Sécurité](#)



[Les sports en toute sécurité](#)



[La sécurité au temps de l'Halloween](#)



Sports et loisirs d'hiver en toute sécurité



Organisation de la Patrouille
Canadienne de Ski
Plus de 60 ans au service
des Canadiens



Médecins de Montagne

Réglage des fixations et entorses du genou



**Accidents de ski :
attention aux entorses du genou**

[Téléchargez le dossier de presse 2002](#)

[voir le spotTV avec MPEG Vidéo](#)
(format mpg - 8 038 Ko)

[voir le spotTV avec Quick Time Movie](#) (format mov - 7
600 Ko)

[Statistiques de la saison 2000 sur les entorses du
genou](#)

Les sports d'hiver séduisent chaque année plus de 7.5 millions de pratiquants incluant 10% de la population française et des vacanciers étrangers.

En 2000, on dénombre 150 000 accidents par saison, le ski alpin fait donc partie des sports à risque.

Les accidents de ski sont à l'origine de multiples lésions. La plus fréquente est l'**entorse du genou** : **33% des lésions** en ski alpin.

Le type d'entorse le plus grave est la **rupture du ligament croisé antérieur du genou** qui représente 12% de l'ensemble des lésions, soit plus de 16 000 victimes chaque année.

Les femmes de plus de 25 ans sont particulièrement exposées à ces lésions : leur risque est trois fois supérieur à celui de l'homme.



l'Assurance Maladie
sécurité sociale



Communiqué de presse

1 entorse du genou sur 2 est due à un mauvais réglage des fixations de ski

Paris, le 6 décembre 2001

Dans le cadre du programme de prévention des accidents de sport, l'Assurance Maladie et le CFES repartent en campagne pour la saison 2001/2002, en partenariat avec les Médecins de Montagne.

Le ski alpin est à l'origine de **140 000 accidents par saison**. L'entorse du genou est la lésion la plus fréquente, et **15 000 personnes** sont victimes chaque année de la forme la plus grave de l'entorse : la **rupture du ligament croisé antérieur (LCA)**. Les femmes de plus de **25 ans** sont particulièrement exposées à ce type de lésions : leur **risque est trois fois et demi supérieur** à celui de l'homme.



Bureau suisse de prévention des accidents (bpa)



Directives

*pour skieurs
et snowboarders*



Edition 2002



Sports d'hiver, plaisir assuré!

Une action commune des Remontées Mécaniques, des Magasins de sport, des Ecoles Suisses de Ski et Snowboard et du Bureau suisse de prévention des accidents

Dans les sports d'hiver, plaisir et sécurité vont de pair. En Suisse, les organisations concernées l'ont bien compris: la sécurisation des espaces, l'équipement, la formation et les campagnes de sensibilisation jouent un rôle primordial. Ainsi, avec des actions complémentaires, l'Association des Remontées Mécaniques, les Magasins de sport, les Ecoles de sports de neige (ski et snowboard) et le Bureau suisse de prévention des accidents (bpa) s'engagent pour plus de sécurité.

Conclusion

- Leadership
- Concertation
- Communication



Merci !



Mot de la fin