

Portrait des blessures, hospitalisations et décès liés aux activités aquatiques et de navigation récréative au Québec et principales mesures préventives

Par Emilie Belley-Ranger et Isabelle Henry¹

La pratique d'activités aquatiques et nautiques est bien ancrée dans nos mœurs, comme en témoignent les statistiques. Toutefois, elle peut entraîner des blessures et des mortalités. Ce bulletin vise en premier lieu à dresser un portrait des blessures, des hospitalisations et des mortalités pour les activités aquatiques et nautiques. Par la suite, il importe de rappeler au public, aux pourvoyeurs de services, aux exploitants d'installations et aux instances publiques les principales mesures préventives pour favoriser la pratique de ces activités en toute quiétude et sécurité. Des outils et des ressources sont également présentés pour orienter les personnes dans leurs recherches en sécurité aquatique et nautique.

Mise en contexte

Les activités liées à la baignade et à la navigation récréative sont très populaires. En effet, au Québec, on estime que quelque 3 783 000 personnes pratiquent la baignade au moins une fois par année, dont plus du tiers (34,8 %) régulièrement² (Hamel, Nolin et Tremblay, 2019). Du côté de la navigation récréative, 1 505 000 personnes au Québec s'adonnent à cette activité au moins une fois par année, dont 12 % régulièrement.

En revanche, la pratique de ces activités comporte son lot de blessures, d'hospitalisations et de décès. En 2015-2016 par exemple, on estimait à 31 000 le nombre de personnes qui ont consulté un professionnel de la santé au Québec pour une blessure subie au moment de la baignade (Hamel et al., 2019). De ce nombre, 5 000 appartenaient au groupe des 12 à 17 ans et 11 000 au groupe des 18 à 34 ans³.

Du côté des hospitalisations, les activités aquatiques (plongée, saut dans l'eau, chute dans l'eau

ou baignade dans une piscine ou dans des eaux naturelles) sont responsables en moyenne de 52 hospitalisations par année (Gagné, Tremblay & Belley-Ranger, 2019). Dans près de la moitié (42 %) des hospitalisations à la suite d'une activité aquatique, la victime présentait au moins une fracture et dans le quart (25 %) des hospitalisations, on observait des blessures à la colonne vertébrale, suivies de blessures aux membres inférieurs (17 %). Les activités de navigation (canot, kayak, motomarine,

pêche dans un bateau...) étaient, quant à elles, responsables de 38 hospitalisations par année. Dans plus des trois quarts (79 %) d'entre elles, des fractures ont été diagnostiquées et dans plus de la moitié (53 %), des blessures aux membres inférieurs.

Outre les blessures menant à une consultation avec un professionnel de la santé et des hospitalisations, une moyenne de 80 personnes sont décédées au moment de la pratique d'une activité de loisir liée à l'eau entre 2009 et 2015 (Beulac, Belley-Ranger & Trudel, 2020). Dans la majorité des cas, les noyades étaient survenues dans des eaux naturelles (70 %) (rivières, lacs ou fleuve) et concernaient des hommes (84 %).

Les principaux constats et messages de prévention:

À la lumière des données liées aux mortalités, des messages de prévention se dessinent. Ainsi six messages principaux de prévention sont présentés. Pour prendre connaissance de l'ensemble des messages de prévention, veuillez consulter les Faits saillants sur les noyades et autres décès liés à l'eau au Québec de 2009 à 2015 – Édition 2020.

1. Portez le vêtement de flottaison individuel (VFI)

Le vêtement de flottaison individuel (VFI) est encore trop peu porté. En effet, en consultant les décès liés à l'eau, on note que le VFI n'était pas porté (69 %). Cette donnée est stable depuis le début des années 1990. Par ailleurs, dans 6 % des cas, le VFI était porté incorrectement. En fait, ce n'est que 14 % des victimes qui portaient correctement leur VFI au moment de leur activité de navigation récréative.

Le port du VFI est essentiel au moment de la navigation individuelle et pour les non-nageurs à l'occasion de la baignade. Un VFI au fond d'une embarcation n'est pas très utile au moment d'un évènement malheureux. De plus, en cas d'accident, le temps manque pour permettre aux gens de mettre leur VFI et de l'attacher convenablement. Aussi, il s'avère particulièrement difficile de mettre un VFI une fois dans l'eau, raison pour laquelle il est recommandé de le porter correctement dans l'embarcation. Plusieurs modèles de VFI sont présents sur le marché en fonction des diverses activités : kayak, canot, pêche... À vous de trouver le VFI qui vous convient. Il importe toutefois de rappeler que le VFI doit être approuvé par Transport Canada.

2. Éviter toute consommation d'alcool ou de drogue

Le quart (24 %) des victimes de 18 ans et plus qui naviguaient au moment de la noyade avaient consommé de l'alcool. Cette consommation est aussi présente dans 41 % des cas de victimes de 18 ans et plus lors de la baignade. À noter que chez les baigneurs adultes, le quart (25 %) des victimes de noyade présentait un taux d'alcool supérieur à 80 mg d'alcool par 100 ml de sang.

Toute consommation d'alcool et de drogue sur les plans d'eaux est à éviter. À titre informatif, les sanctions liées à la conduite avec les facultés affaiblies s'appliquent tant sur la conduite d'une automobile que d'une embarcation nautique. Outre les sanctions applicables, rappelons que la conduite d'une embarcation requiert attention et implique une responsabilité.

3. L'apprentissage de la natation est un atout considérable pour la survie au moment d'une chute dans l'eau.

Concernant ces habiletés en natation, le tiers (34 %) des victimes de noyade lors de baignade ne savaient pas nager. Or, l'apprentissage de la natation est un facteur de survie sans équivoque au moment d'une chute ou d'un saut dans l'eau.

Des programmes de natation comme celui de la Croix-Rouge ou les initiatives comme « Nager pour survivre » et « Nager pour survivre + » de la Société de sauvetage permettent d'apprendre les fondements de la natation et augmentent considérablement les chances de survie dans le cas d'une chute dans l'eau par exemple⁴.

4. Soyez accompagné sur les plans d'eau

Concernant les noyades à l'occasion de la baignade, le quart (28 %) des victimes se baignaient seules. Au moment de la baignade ou de la navigation, il importe de s'assurer d'être accompagné pour obtenir de l'aide rapidement au besoin. Personne n'est à l'abri d'un malaise, et ce, peu importe leurs habiletés en natation et à tout âge.

5. Assurez-vous que votre piscine résidentielle soit conforme

Pour ce qui a trait aux noyades dans une piscine résidentielle, 43 % des victimes avaient cinq ans ou moins. Dans presque les trois quarts (72 %) des décès dans une piscine résidentielle, cette dernière était une piscine creusée alors que 19 % de ces décès surviennent dans une piscine hors terre.

Les piscines résidentielles se doivent d'être conformes à la Loi sur la sécurité des piscines résidentielles (RLRQ, chap. S-3.1.02). Des défauts d'aménagement nuisent à la sécurité. Des gestes ou aménagements permettent d'assurer un environnement sécuritaire notamment :

- Clôturer la piscine pour éviter tout accès direct à la piscine à partir d'une terrasse ou promenade;
- Installer un mécanisme de fermeture sur la porte d'accès de la clôture;
- Retirer toute échelle amovible permettant l'accès à la piscine après la baignade, etc.

6. Surveillez activement les enfants au moment de la baignade

Un aménagement adéquat ne peut cependant pas remplacer la supervision d'un adulte : il est essentiel de surveiller les enfants. Si l'on isole les noyades chez les enfants de 5 ans et moins, dans la grande majorité des cas (83 %), aucun adulte n'était présent. Que la baignade ait lieu à la plage ou dans une piscine résidentielle, la présence d'un adulte qui surveille activement les baigneurs est cruciale.

Conclusion et ressources informatives

Ce bulletin vise à résumer les blessures, les hospitalisations et les mortalités liées à l'eau et à en dégager les principaux messages de prévention : porter un VFI, ne pas consommer d'alcool ni de drogue, être accompagné, apprendre à nager, s'assurer de la conformité de l'installation d'une piscine résidentielle et surveiller la baignade des enfants. Comme cela a été mentionné précédemment, ces messages de prévention ne sont pas exhaustifs. En guise de complément, vous trouverez, dans les ressources suivantes, des liens vers d'autres mesures de prévention dans le domaine.

Au fil des ans, le gouvernement du Québec et plusieurs organismes de loisir ont collaboré à la rédaction de guides d'aménagement et d'encadrement visant à outiller le milieu en matière de sécurité aquatique et nautique.

Ces guides sont accessibles sur le site Web du ministère de l'Éducation. Parmi ceux-ci, on compte les suivants :

- Guide de bonnes pratiques à l'intention des propriétaires et exploitants de sites riverains : <http://societedesauvetage.org/wp-content/uploads/2019/12/Guide-de-bonnes-pratiques-%C3%A0-l%E2%80%99intention-des-propri%C3%A9taires-et-exploitants-de-sites-riverains-1.pdf>
- Guide d'encadrement sécuritaire des groupes d'enfants en milieu aquatique : http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/loisir-sport/encadrement_aquatique_fr.pdf

Plusieurs ressources peuvent vous aider à **assurer l'aménagement sécuritaire de votre piscine résidentielle et de son pourtour** :

- Loi sur la sécurité des piscines résidentielles (RLRQ, chap. S-3.1.02) : <http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/showdoc/cr/S-3.1.02,%20r.%201>
- Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation : <https://www.mamh.gouv.qc.ca/ministere/securite-des-piscines-residentielles/mesures-de-securite>

Références

Loi sur la sécurité des piscines résidentielles (RLRQ, chap. S-3.1.02) :

<http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/showdoc/cr/S-3.1.02,%20r.%201>

Beaulac, É., Belley-Ranger, E. & Trudel, J. (2020). Faits saillants sur les noyades et autres décès liés à l'eau au Québec de 2009 à 2015 – Édition 2020, Trois-Rivières, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, 2020, 30 p. Repéré à

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/loisir-sport/Faits-saillants-noyade-securite-nautique-2020.pdf

- Société de sauvetage : <http://www.baignadeparfaite.com/fr/accueil>

Auprès de ces organismes, vous pourrez obtenir de l'information, notamment sur **les formations et les normes en vigueur** :

- Association québécoise du loisir municipal : <https://www.guides-sports-loisirs.ca/piscines-et-pataugeoires/>
- Bureau de la sécurité nautique – Transports Canada : <https://www.tc.gc.ca/fra/securitemaritime/desn-bsn-menu-1362.htm>
- Canot Kayak Québec: <https://www.canot-kayak.qc.ca/>
- Croix-Rouge canadienne – division du Québec : <https://www.croixrouge.ca/dans-votre-collectivite/quebec>
- Eau vive Québec : <https://www.eauvivequebec.ca/>
- Fédération québécoise des activités subaquatiques : <https://fqas.qc.ca/>
- Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation : <https://www.mamh.gouv.qc.ca/ministere/securite-des-piscines-residentielles/mesures-de-securite>
- Société de sauvetage : <https://www.sauvetage.qc.ca/>

Gagné, M., Tremblay, B., & Belley-Ranger, E. (2019). Portrait des hospitalisations liées à la pratique d'activités récréatives et sportives, Institut national de santé publique, Québec. 23 p. Consulté le 15 avril 2020 <https://www.inspq.qc.ca/publications/2524>

Hamel, D., B. Tremblay et B. Nolin (2019). Étude des blessures subies au cours de la pratique d'activités récréatives et sportives au Québec en 2015-2016. Institut national de santé publique du Québec. Québec. 73 p. Consulté le 11 mars 2020 <https://www.inspq.qc.ca/publications/2525>

ⁱ Emilie Belley-Ranger (conseillère à la recherche) et Isabelle Henry (conseillère en sécurité), Direction de la sécurité dans le loisir et le sport, ministère de l'Éducation

2 Au moins une fois par semaine, lorsque c'était possible.

3 Taux par 1 000 participants pour : 1) l'ensemble des consultations à la suite de la baignade : 8 (6-11); 2) les 12 à 17 ans : 15 (8-28); 3) les 18 à 34 ans : 10 (6-17). Entre parenthèses sont exposés les intervalles de confiance. Il est à noter que ces taux sont à interpréter avec prudence étant donné le nombre restreint de cas.

4 <https://www.nagerpoursurvivre.com/fr/>