



PHOTO: PROFESSIONALSPHOTO.COM

Le casque protecteur : Une habitude à développer et une question de bon sens !

PAR SERGE GAUDRY

Porter le casque protecteur ou pas ? Pour certains, la question ne se pose même pas. Il fait partie intégrante de l'équipement. Mais il en va autrement pour une proportion appréciable de cavaliers. Particulièrement en dressage et dans les disciplines western. Plus téméraires, plus frondeurs ? Non, cela relève d'une tradition. D'ailleurs ces cavaliers portent tous un chapeau : un haut de forme en dressage et un chapeau de paille ou de feutre en équitation western. Il semble que la tradition dicte le port d'un casque protecteur lorsque le cheval saute, le risque d'une chute étant plus grand, tandis que dans des patrons « terre à terre », le danger serait moindre. Qu'en dites-vous ?

Le cheval, notre équipier

Le cheval, partenaire indispensable, est un être vivant, craintif, qui peut avoir des réactions imprévues. Jamais cavalier possédant la

moins d'expérience n'osera contredire cet énoncé. S'il est vrai qu'on puisse développer des relations particulières et une grande complicité avec certains chevaux, il ne faut pas confondre le cinéma d'Hollywood qui fait parler les chiens, les chats et les canards, et la nature intrinsèque du cheval.

Dans le règne animal, le cheval n'est pas un prédateur. Plutôt que d'affronter, son instinct naturel le pousse à fuir lorsqu'il sent un danger. Sa peur prend le dessus sur tout le reste. En randonnée, un vent qui souffle fort le rend agité et que dire de l'apparition soudaine d'un chevreuil bondissant dans une clairière ou de l'agressivité de dizaines de guêpes dont on a piétiné le nid ! Voilà un VTT qui surgit de nulle part, le klaxon d'un automobiliste sur la voie publique ou encore, Rataplan qui défend âprement son territoire. En manège intérieur, d'innombrables cavaliers ont fait l'expérience du fracas soudain occasionné par une plaque de glace qui se détache du toit. Sans parler des nouvelles peurs quotidiennes : aujourd'hui Doudoune a peur de la grande porte et Junior soupçonne la présence d'un monstre caché derrière le montoir... tout cela avec les écarts imprévus et spectaculaires qu'ils feront pour fuir le « danger » ! Ce qui est prévisible avec un cheval, c'est qu'il peut être imprévisible.

Les statistiques

Si vous lisez cet article dans la revue Courrier Hippique, c'est que nous avons un point en commun : nous aimons les chevaux ! Malgré que l'on ne veuille pas ternir l'immense plaisir que vivent des milliers de cavaliers, force est de constater que de très regrettables accidents se produisent. Face à cette inévitable réalité, il est plus sage d'utiliser un casque protecteur que de se mettre la tête dans le sable !

Aux États-Unis, on estime à 30 millions le nombre de passionnés d'équitation. En 1998, le nombre d'accidents attribué à cette pratique s'élevait à 58710 cas (Rapport NEISS 1998), soit moins de 1% de ce groupe. De tous ces accidents, les blessures à la tête représentent 16,5% (9688). Toutefois, elles sont d'une particulière gravité puisqu'elles sont associées à plus de 60% des décès (5813).

Au Canada, une étude récente impliquant les quatre principaux hôpitaux en Alberta, fut présentée au 93^e Annual Meeting of



the
N o r t h
Pacific Surgical
Association à Spokane,

(Washington) les 10 et 11 novembre 2006. Il a été établi que l'équitation (principalement western – gymkhana – en Alberta) est une activité présentant plus de risques d'accidents que la motocyclette, le ski, le soccer et le football. Les accidentés entre 1995 et 2005 ont été interrogés à partir d'un questionnaire de quarante-six questions concernant les aptitudes du cavalier, le cheval et le milieu où est survenu l'accident. Résultats: 7941 blessures demandant une hospitalisation, 54% de blessures au tronc, 48% à la tête, 22% à l'abdomen et 17% aux membres supérieurs et inférieurs; 7% n'ont pas survécu à leurs blessures; 45% ont nécessité une chirurgie; 55% étaient des cavaliers expérimentés avec des chevaux bien entraînés et 47% de ceux-là n'en étaient pas à leur premier accident en équitation. Seulement 9% des accidentés portaient un casque protecteur et selon l'étude, 64% des accidentés ont affirmé que ces blessures auraient pu être évitées soit par l'attitude ou soit par des protecteurs appropriés. La conclusion de cette très rigoureuse étude: une stratégie de prévention doit être mise de l'avant en encourageant le port d'un casque protecteur et d'une veste protectrice (*The American Journal of Surgery* 193 (2007)).

Une question de bon sens

Nous avons vu, lors d'une mêlée dans un match de horse-ball, un casque fracassé par un coup de sabot, laissant un cavalier légèrement étourdi; le casque avait fait son travail! Pas nécessaire de passer par Saint-Élie-de-Caxton et de connaître Fred Pellerin; parlez-en tout simplement à votre club ou à votre écurie et vous serez étonné du nombre d'adeptes qui auront des anecdotes, pas toujours joyeuses, à vous raconter sur les blessures à la tête évitées, ou malencontreusement subies. Loin de l'idée du Courrier Hippique de brandir le spectre de la peur! Nous parlons plutôt d'une question de bon sens.

Des campagnes ont été orchestrées, suite à de trop nombreux et regrettables accidents, pour inciter les cyclistes à porter un casque protecteur. Imaginons un vélo à côté d'un cheval et comparons la hauteur du cycliste par rapport à celle d'un cavalier sur un cheval de 16 mains! À vélo, la vitesse rarement dépassée est de 30 Km/heure, alors qu'en gymkhana, par exemple, on double cette vitesse! Et que dire de ce rassemblement de tubes de métal, de deux roues et d'engrenages: un matériel inerte pesant moins de 10 Kg se compare-t-il à la fougue d'un cheval de 500 Kg? Encore une fois, il apparaît que la prévention est une question de bon sens.

La Fédération équestre du Québec prend les devants!

En date du 1^{er} janvier 2008, toutes les compétitions en équitation western régies par la Fédération équestre du Québec afficheront une nouvelle réglementation: le port du casque protecteur sera obligatoire pour les 13 ans et moins. « *Cela fait plus de dix ans que le sujet est discuté* », nous a confié Richard Mongeau, directeur général à la Fédération équestre du Québec, « *mais c'est seulement aujourd'hui que tous les éléments sont en place pour imposer cette réglementation. L'engouement toujours croissant pour les sports équestres, la prise de conscience du public en matière de prévention et de sécurité, tant dans la vie de tous les jours que dans les loisirs, l'avènement d'administrateurs sensibles aux demandes très appuyées des associations régionales en ce sens, furent autant de facteurs déter-*

minants
pour intervenir. En sensibilisant
et en créant une habitude chez les jeunes cavaliers
qui poursuivront leurs activités équestres pour encore
longtemps, nous avons la conviction de modifier les mentalités
et les habitudes pour les années à venir. »

L'image du cow-boy

Ce n'est pas que du folklore, les adeptes de l'équitation western sont fiers d'être ce qu'ils sont et de faire ce qu'ils font. Dans la vie de tous les jours, et même loin de l'écurie, ils sont reconnaissables par de petits détails: bottes, boucles de ceintures, motifs propres à l'équitation western sur les chemises, pantalons et manteaux. C'est un mode de vie partagé d'ailleurs, par des millions d'Américains. Cela prendra sûrement un moment avant d'être habitué à voir le cow-boy troquer son chapeau de feutre pour un casque protecteur. Mais pourquoi pas? Ne s'attache-t-il pas en auto, se plaint-il si le coussin gonflable s'ouvre lors d'un impact, ne porte-t-il pas un casque protecteur sur sa moto et n'utilise-t-il pas les services de Nez Rouge dans le temps des fêtes? Le cow-boy du XXI^e siècle aura compris que le confort et la sécurité existent dans le sport, et qu'avec un peu de prévention, il pourra probablement continuer à pratiquer ce sport qu'il aime tant pendant de longues années. Le Courrier Hippique sait depuis longtemps qu'au-delà des artifices, c'est dans l'âme que nous sommes cow-boy. Rien à voir avec les accessoires.

Un casque protecteur répondant aux normes ASTM / SEI

Il est exceptionnel que les casques vendus en boutique équestre ne soient pas certifiés; c'est bien indiqué à l'intérieur du casque et il ne faut pas l'acheter si il n'est pas identifié « certifié ASTM / SEI ». À la Boutique du Harnais, on nous a affirmé être prêts à répondre à la demande de jeunes cavaliers pour la prochaine saison: les prix varient de 50\$ à 90\$ et les modèles proposés s'ajustent adéquatement. À la Sellerie Lemay, il y a toujours eu un étalage de casques protecteurs pour la clientèle: les prix oscillent entre 35\$ et 200\$.

En Ontario, depuis dix ans, le port du casque protecteur est obligatoire en randonnée. En France et en Angleterre, toutes les activités équestres exigent le port du casque protecteur. Chez nous, faisons en sorte que cela relève du simple bon sens, question de ne pas perdre la tête en pratiquant ce que nous aimons plus que tout: l'équitation. ♦

*L'auteur tient à remercier Richard Mongeau, directeur général de la Fédération équestre du Québec, la Boutique du Harnais et la Sellerie Lemay.
Sans oublier les accidentés qui, par leurs expériences et leurs souffrances, nous incitent au bon sens.*

Références:

The American Journal of Surgery 193 (2007): Equestrian injuries, injury patterns, and risk factors for 10 years of major Traumatic injuries.

Avis relatif à la sécurité des centres équestres / NOR: ECO C01002500V (Ministère de l'Économie, des Finances et de l'Industrie, GGCCRF – 20 juillet 2001) – Rapport NEISS 1998.