

# L'accidentologie des sports d'hiver



Médecins de Montagne  
Association créée en 1953

## Hiver 2011-2012

### DOSSIER DE PRESSE

Merci aux 60 Médecins de Montagne du réseau d'épidémiologie par la réalisation des fiches blessés.

Merci au docteur Jean-Dominique LAPORTE pour les analyses épidémiologiques et programmations .

Merci à Domaines Skiables de France pour leur coopération indispensable.

Merci aux stations de Les Angles, Prapoutel, Les Gets pour la réalisation des enquêtes de population.

Merci aux stations de Puy-St-Vincent, Les Contamines, Peisey-Nancroix, Flaine et Val d'Isère, pour leur coopération lors des enquêtes de population réalisées par l'association Médulo-Pro.

#### Contact :

Médecins de Montagne  
Maison des Parcs et de la Montagne  
256 r. de la République  
73000 Chambéry

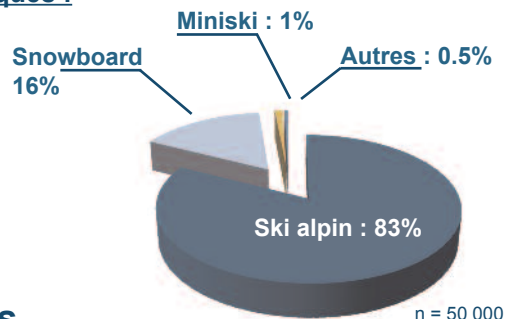
T. 04 79 96 43 50 [info@mdem.org](mailto:info@mdem.org)

+ d'informations sur notre site [www.mdem.org](http://www.mdem.org)

# L'ACCIDENTOLOGIE GÉNÉRALE

## 7 millions de pratiquants des sports de glisse

Sur les pistes :  
les différents sports pratiqués :



## 140 000 blessés

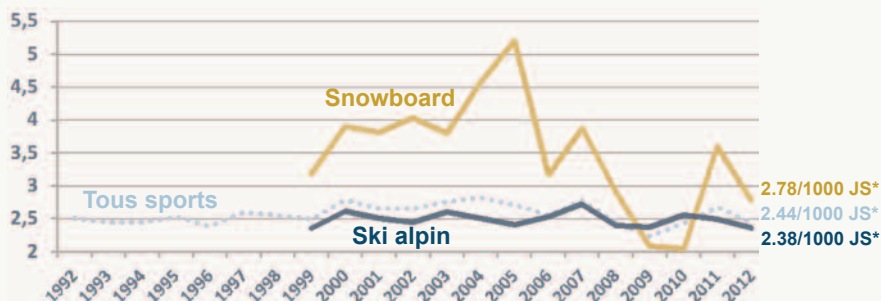
## Risque accru pour les débutants

Les débutants sur les pistes, notamment lors des quatre premiers jours de pratique, sont deux fois plus exposés aux accidents.

## L'incidence du risque

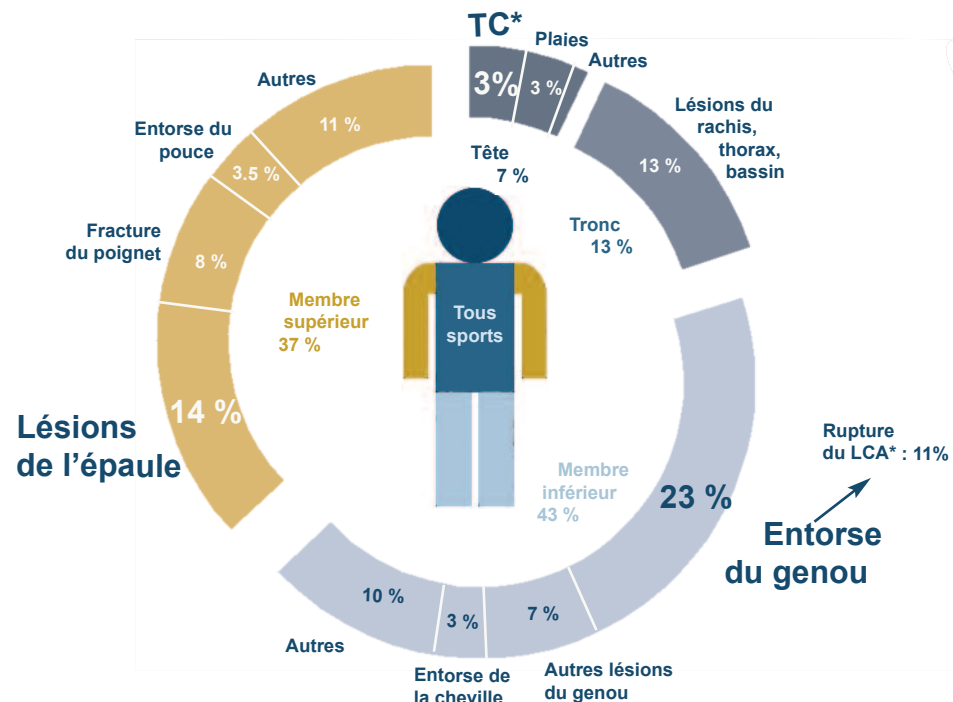
L'incidence du risque est calculée en rapportant le nombre d'accidents au nombre de journées de ski\* (JS) réalisées sur la saison. En 2011-2012, celle-ci est de **2.44 blessés pour 1000 JS\***.

Evolution de l'incidences du risque général, ski alpin et snowboard :



\* Journée Skieur : utilisation d'un ticket de remontée mécanique pour une journée par un pratiquant de sport de glisse. Ce chiffre est communiqué par Domaines Skiabiles de France. <http://www.domaines-skiabiles.fr>

## Répartition des diagnostics



## Collisions sur piste et traumatismes crâniens

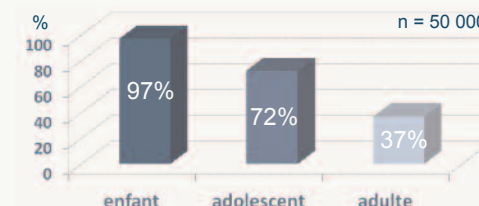
Le tiers des blessures à la tête, dont les traumatismes crâniens, ont été occasionnées lors de collisions.

Le taux de collisions sur pistes (12.5%) ainsi que les traumatismes crâniens sont en légère hausse depuis dix ans.

## Le port du casque

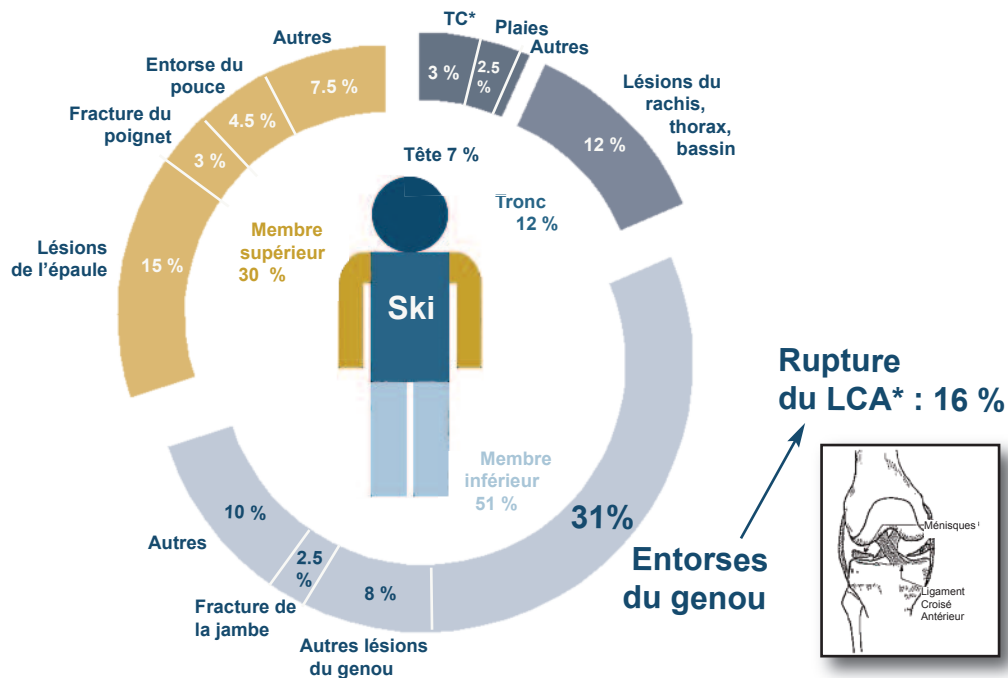
Le taux de port du casque est en nette progression, notamment pour les adolescents et adultes.

Le port du casque sur les pistes :



\*LCA : Ligament Croisé Antérieur  
\*TC : Traumatisme crânien

## LES DIAGNOSTICS EN SKI ALPIN



### ► L'entorse du genou : risque accru pour les femmes

Chez les femmes de plus de 15 ans, l'entorse du genou représente près de la moitié des diagnostics, et les ruptures du LCA près de 30 %.

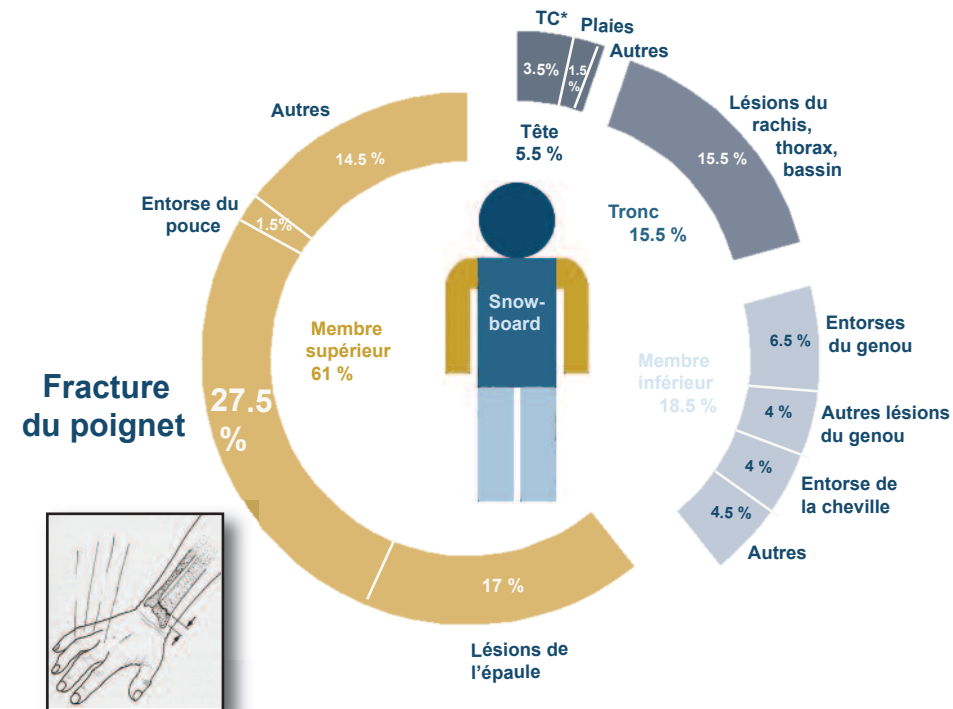
### Prévention

Le réglage des fixations exerce une influence certaine sur les entorses du genou (étude 2006).

Pour plus de sécurité, faites régler vos fixations chaque année selon la norme ISO 11088 et demandez un réglage de 15% en moins pour les femmes et les débutants\*.

\* Préconisation du Guide d'application AFNOR de la norme ISO 11088 portant sur le réglage des fixations

## LES DIAGNOSTICS EN SNOWBOARD



### ► Le poignet fragile des moins de 16 ans

Chez les moins de 16 ans, la fracture du poignet atteint 60 % des diagnostics.

### Prévention

Des protections de poignet adaptées diminuent le risque de fracture.

16 % des snowboarders portaient des protections de poignet lors de la saison dernière.

\*LCA : Ligament Croisé Antérieur  
\*TC : Traumatisme Crânien

## LES AUTRES SPORTS DE GLISSE

### ► Le miniski

L'incidence du risque est faible : 1.6/1000 JS.

Le miniski n'est pas recommandé aux débutants et moins de 15 ans.

### ► Le ski de fond

L'incidence du risque est faible

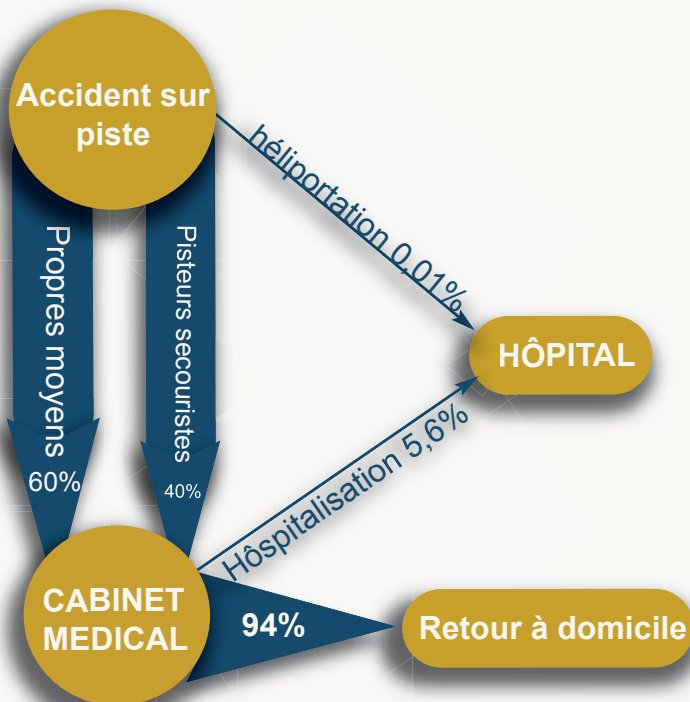
Les lésions du tronc atteignent 30% des diagnostics.

### ► La luge

Seuls 30% des accidents de luge impliquent des enfants

Les accidents de la luge sont souvent graves : les diagnostics à la tête et tronc concernent plus du tiers des blessés.

### La prise en charge des blessés



## L'association des Médecins de Montagne

Créée en 1953, «Médecins de Montagne» est une association loi 1901. Elle regroupe aujourd'hui plus de 300 médecins généralistes installés en stations de sports d'hiver françaises. Ces médecins, confrontés quotidiennement à la traumatologie des sports de montagne, veillent à la sécurité de 7 millions d'usagers des pistes chaque saison.

Pratiquant une médecine générale spécifique, les Médecins de Montagne sont des professionnels compétents grâce à leur expérience mutualisée et aux formations que l'association leur propose. Par leur connaissance et matériel adaptés, ils peuvent ainsi assurer la prise en charge sans douleur de 95% des patients accidentés. Ils permettent ainsi d'éviter à ces blessés le passage par les services d'urgence des hôpitaux locaux dans des périodes où ceux-ci sont surchargés par une haute fréquentation touristique.

### Un réseau épidémiologique unique au monde

Depuis 1992, l'association a développé un réseau épidémiologique informatisé regroupant 60 médecins dans 35 stations françaises. Plus de 20 000 accidents par an sont ainsi répertoriés depuis 20 ans. Les résultats de ce réseau d'observation du risque constituent la base de données mondiale la plus complète sur les pathologies des sports d'hiver.

Cette population blessée est comparée à une population témoin recueillie par comptage et sondage au pied des remontées mécaniques de 8 stations. Ces résultats peuvent ainsi être utilisés pour réaliser des études spécifiques et des campagnes de prévention, afin de limiter le nombre et la gravité des accidents.

Gage de validité scientifique, la méthodologie du réseau épidémiologique de Médecins de Montagne est validée par l'Institut National de Veille Sanitaire.