



## SÉCURITÉ DU TRAMPOLINE

### Enjeu

Les trampolines sont de plus en plus populaires comme loisir à la maison, ce qui soulève des préoccupations de santé parce qu'ils peuvent entraîner de graves blessures s'ils ne sont pas utilisés adéquatement.

### Contexte

La taille des trampolines varie. Il y a les grands trampolines, pour l'extérieur, et les petits trampolines, qui servent aux exercices personnels. En 2000, la gymnastique sur trampoline est devenue une discipline olympique officielle, ce qui a probablement contribué à l'accroissement de sa popularité.

À l'heure actuelle, aucune réglementation canadienne ne régit la conception et la construction des trampolines, et il n'y a aucune exigence concernant la publicité à leur sujet, leur vente ou leur importation. Cependant, ASTM International (anciennement l'American Society for Testing and Materials) a conçu une norme, révisée en 2001, qui porte sur les composantes des trampolines, leur assemblage, les instructions, ainsi que les mises en garde qui doivent accompagner le produit.

L'Hôpital de Montréal pour enfants (HME) a signalé qu'entre janvier et juillet 2004, 40 blessures liées à l'usage de trampolines ont été traitées dans sa salle d'urgence. Le HME avait auparavant émis une mise en garde en 1997 au sujet des dangers associés à l'utilisation du trampoline après le décès d'un adolescent blessé à la tête. Le Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario (CHEO) a émis une mise en garde pour les parents en 2003 dans laquelle on souligne que l'hôpital reçoit par

année plus de 50 patients blessés en faisant du trampoline.

Dans son rapport de 1998, le Système canadien hospitalier d'information et de recherche en prévention des traumatismes (SCHIRPT) a signalé que le réseau hospitalier avait recueilli des données sur 149 blessures associées au trampoline en 1990 et sur 557 blessures en 1998, soit près de quatre fois plus. Les personnes âgées de 5 à 14 ans constituent la grande majorité des personnes qui se blessent en faisant du trampoline (78,9 %).

### Risques pour la santé associés à l'utilisation du trampoline

Les blessures associées à l'utilisation du trampoline vont des entorses et des blessures aux poignets aux blessures plus sérieuses : telles que les fractures du crâne, les fractures de la colonne vertébrale et les fractures du cou. La plupart des blessures sont causées par une utilisation inadéquate ou sans supervision. Selon le rapport du SCHIRPT de 1998, la plupart des blessures associées au trampoline résultent de ce qui suit :

- tentative de figures acrobatiques ou de pirouettes;
- collision avec une autre personne sur le trampoline ou réception sur une autre personne;
- être poussé à l'extérieur du trampoline par une autre personne;
- réception brusque ou inadéquate à la suite d'un saut sur le trampoline;



- chute du trampoline et réception sur le sol ou un objet dur;
- contact avec les ressorts ou le cadre;
- saut pour sortir du trampoline, au lieu d'en descendre.

## Réduire les risques

Parce que les risques de blessures graves existent, assurez-vous de prendre les précautions suivantes lorsque vous utilisez un trampoline.

- Veillez à ce que des adultes soient présents pour superviser l'utilisation du trampoline. (Le CHEO recommande l'utilisation de quatre surveillants.)\*
  - Veillez à ce qu'il n'y ait qu'un seul utilisateur du trampoline à la fois.
  - L'utilisation du trampoline par les enfants de moins de six ans n'est pas recommandée.
  - N'utilisez pas d'échelle pour accéder au trampoline parce que cela permet aux jeunes enfants d'y avoir accès sans supervision.
  - N'essayez pas de faire des sauts périlleux sur le trampoline parce qu'une chute sur le cou ou la tête pourrait entraîner une paralysie. Les sauts périlleux requièrent des compétences avancées et ne devraient être effectués qu'au moyen d'un équipement adéquat sous la supervision d'un entraîneur qualifié.
  - Ne sautez jamais sur un trampoline à partir d'un endroit plus élevé.
  - N'utilisez jamais le trampoline comme tremplin pour atteindre d'autres objets.
- Utilisez le trampoline uniquement s'il y a des coussins amortisseurs qui recouvrent complètement les ressorts, les crochets ou le cadre de celui-ci. Les coussins de sécurité devraient être solidement attachés et être d'une couleur contrastante par rapport à la toile du trampoline afin que les deux aires se distinguent facilement.
  - Installez le trampoline sur une surface égale suffisamment loin des structures, des arbres et des autres aires de jeu. On recommande de laisser un espace de deux mètres autour du trampoline et un espace d'au moins huit mètres au-dessus du trampoline.
  - Veillez à ce qu'il n'y ait aucun objet ou obstacle sous le trampoline.
  - Une enceinte de protection composée d'un filet de sécurité peut aider à prévenir les blessures résultant des chutes, mais cette structure ne remplacera jamais une supervision adéquate.
  - Inspectez le trampoline avant de l'utiliser, assurez-vous que les ressorts sont bien fixés, que la toile n'est pas trouée ou déchirée, que les coussins sont solidement attachés, que le cadre n'est pas croché ou tordu et que les pattes sont bien enclenchées.

## Rôle de Santé Canada

Même s'il n'existe aucune réglementation canadienne relative aux trampolines, Santé Canada surveille leur utilisation. Si un élément de preuve face à un problème de sécurité causé par un fait précis

d'un trampoline est noté, comme un défaut de conception ou de construction, Santé Canada prendra les mesures nécessaires pour que la santé et la sécurité des Canadiens soient protégées. Cela signifierait travailler avec les fabricants pertinents et l'industrie à la correction du problème, et informer la population du danger potentiel.

## Pour en savoir plus

Pour signaler un problème avec un trampoline, communiquez avec le Bureau de la sécurité des produits de Santé Canada :

bureaux régionaux:  
<http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/spc/contact.htm>

ou composez le 1 (866) 662-0666 et demandez le numéro de téléphone du Bureau de la sécurité des produits de Santé Canada le plus près de chez vous.

Pour en savoir plus sur la sécurité des enfants, consultez le site suivant :

[http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/spc/publications/votre\\_enfant\\_est\\_il\\_en\\_securite/votre\\_enfant\\_est\\_il\\_en\\_securite.htm](http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/spc/publications/votre_enfant_est_il_en_securite/votre_enfant_est_il_en_securite.htm)

Lien vers le Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario :  
[http://www.cheo.on.ca/francais/1071\\_03\\_jul\\_03.html](http://www.cheo.on.ca/francais/1071_03_jul_03.html)

Pour d'autres articles de Votre santé et vous, visitez le site: [www.santecanada.ca/vsv](http://www.santecanada.ca/vsv)  
Vous pouvez également téléphoner au (613) 957-2991