

LA SÉCURITÉ DES ENFANTS EN VOITURE



ASSOCIATION DES
CHIROPRATICIENS
DU QUÉBEC

Les statistiques le démontrent : pas moins de 1250 enfants âgés de moins de neuf ans sont impliqués dans des accidents de la route, à chaque année¹. On estime que les deux tiers des enfants ne sont pas installés de façon sécuritaire dans un véhicule.

Bon nombre de chiropraticiens rencontrent régulièrement des enfants qui souffrent de douleurs neuro-musculo-squelettiques reliées à cette réalité. Voici quelques conseils qui pourraient leur éviter le pire.

La sécurité avant tout

Le choc de l'impact causé par un accident de voiture est souvent la source de nombreux problèmes neuro-musculo-squelettiques. Parmi ceux-ci, les docteurs en chiropratique observent le plus fréquemment des blessures crâniennes, des lacerations faciales ainsi que des fractures. Suite à l'impact, le mouvement du corps peut se restreindre et les vertèbres se retrouvent désalignées. Il s'agit d'un *complexe de subluxation vertébrale (CSV)*.

Même dans le cas d'un accident mineur, votre enfant peut souffrir d'un CSV. Les symptômes ne sont pas toujours immédiats, et il n'est pas nécessaire qu'il ait mal pour qu'un désalignement de vertèbres survienne. La douleur peut prendre des semaines, des mois, voire des années avant de se

¹ Statistique obtenue par la Société de l'assurance automobile du Québec

manifeste véritablement. Si le problème n'est pas rapidement corrigé par un chiropraticien, votre enfant pourrait en subir les contrecoups pendant toute sa vie.

Le mouvement d'hyperextension et d'hyperflexion du cou entraîné par le choc de l'accident provoque souvent un « coup de lapin » ou un « whiplash » chez ses victimes. Cette condition a pour conséquence de blesser les ligaments et les muscles, ce qui entraîne des douleurs vives dans la nuque et des maux de tête.

Choisir le bon siège

Si votre enfant mesure moins de 63 centimètres en position assise, la loi vous oblige à l'installer dans un siège adapté à son poids et à sa taille. Mesurez sa taille depuis les fesses jusqu'à la tête. Faites-vous un devoir de consulter le manuel du fabricant avant d'installer le siège. Chaque siège a ses particularités qu'il vous faut respecter à la lettre.

Le siège de nouveau-né

Il est normalement destiné aux enfants de moins de 20 livres, et toujours installé à l'arrière. De cette façon, vous l'éloignez des parois latérales. Orientez-le face vers l'arrière : en cas de collision, son cou et sa cage thoracique absorberont mieux l'impact. Assurez-vous également que la tête du bébé ne dépasse pas le haut du dossier. Il sera ainsi protégé

contre des blessures supplémentaires au cou et à la tête, si un arrêt brusque survient.

Le siège d'appoint

Beaucoup de parents omettent d'utiliser un siège d'appoint, quand cela est pourtant essentiel. Si votre enfant est devenu trop grand pour s'asseoir dans un siège d'enfant, vous devrez l'utiliser. Il convient aux enfants qui pèsent 40 livres et plus, et permet d'ajuster la ceinture à la hauteur de la clavicule et de la hanche. Assurez-vous également que la ceinture ne soit jamais glissée derrière son dos.

Jusqu'à quel âge?

Ce n'est pas l'âge de l'enfant qui déterminera le moment où le siège d'appoint n'est plus requis, mais plutôt son poids et sa grandeur. Référez-vous aux indications du fabricant pour le savoir, et assurez-vous que votre tout-petit ne dépasse pas la limite recommandée.

Faire preuve de vigilance

1. Coussins gonflables

Gardez en tête que, lorsqu'il se déploie, le coussin gonflable explose littéralement. Et si sa présence diminue les blessures chez les enfants attachés de 9 à 12 ans, on ne peut en dire autant chez les plus jeunes. L'impact du déploiement du coussin gonflable peut entraîner de sévères dommages à la tête et à la colonne cervicale.

2. Banquette avant

Le plus simple et le plus prudent est de faire de la banquette avant une zone interdite pour votre enfant, en tout temps. Assis sur le siège avant d'un véhicule, les enfants de moins de 63 centimètres risquent des blessures sévères ou même le décès en cas de collision. Surtout s'il y a présence d'un coussin gonflable sur le côté passager de la voiture.

Nul besoin de devoir traverser le pays d'est en ouest pour user de vigilance dans vos déplacements. Le plus souvent, les accidents surviennent à moins de 10 kilomètres de la maison. Voyez-y de près, et informez-vous auprès de votre spécialiste de la chiropratique !

Sources :

Association des chiropraticiens du Québec
Société de l'assurance automobile du Québec