



LIFESAVING SOCIETY®
SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

The Lifeguarding Experts
Les experts en surveillance aquatique

Société de sauvetage Canada
287, avenue McArthur, Ottawa, Ontario K1L 6P3
Téléphone : 613 746-5694
Courriel : experts@lifesaving.ca Site Web : www.lifesaving.ca

Normes de sécurité Pour les piscines et les plages au Canada Norme pour les installations aquatiques

Hyperventilation et retenue répétitive de la respiration

Norme

La pratique de l'hyperventilation et de la retenue répétitive de la respiration ne doit pas être autorisée au grand public dans les piscines.

Cette pratique est autorisée seulement si elle est supervisée par un moniteur ou un entraîneur qualifié et si elle respecte un protocole de sécurité reconnu pour les sports aquatiques comme le hockey subaquatique, la nage synchronisée, l'apnée statique, la plongée en apnée, le sauvetage sportif, etc.

Définitions

Piscine publique : (inclut les bassins de piscines, les spas ou les bains-tourbillon, les pataugeoires, les piscines avec jeux d'eau et bassins de réception, etc.) :

- i. Une piscine qui est accessible au public en général dans le but de se baigner.
- ii. Une piscine exploitée en conjonction avec une association, un organisme ou une institution d'enseignement, de formation, de conditionnement physique ou d'athlétisme, pour l'ensemble ou une partie de ses programmes, et qui est financée entièrement ou en partie par des fonds publics ou par souscription publique.

Justification

- Il y a eu, au Canada, plusieurs cas de noyade attribuables à la retenue de la respiration de baigneurs qui nageaient sous l'eau.
- Bien que l'apnée sportive gagne en popularité, les périodes de baignade récréative ordinaires n'offrent pas l'encadrement et la supervision nécessaire pour ce type d'activité.
- Il existe des lignes directrices établissant les stratégies d'encadrement et de prévention recommandées pour les compétitions d'apnée sportive.
- Le Manuel canadien de sauvetage émet des mises en garde à propos des dangers inhérents à la retenue de la respiration.

- D'importants travaux de recherche ont prouvé hors de tout doute que la retenue prolongée de la respiration est dangereuse et qu'elle peut mener à la perte de conscience et à la noyade.
- L'hyperventilation correspond à une série d'inspirations profondes suivies d'expirations forcées effectuée avant la retenue de la respiration dans le but de demeurer sous l'eau plus longtemps. L'hyperventilation réduit le niveau de dioxyde de carbone (CO₂) dans le sang responsable de la sensation du besoin de respirer. Avec moins de CO₂ dans le sang, un nageur ne ressentira pas le besoin de respirer aussi rapidement qu'à la normale et pourra demeurer sous l'eau plus longtemps. Toutefois, le fait de ne pas ressentir le besoin de respirer ne signifie pas qu'il n'y a aucun besoin d'oxygène. Le niveau d'oxygène, quant à lui, diminue et il peut diminuer encore plus rapidement si la personne bouge ou nage que si elle demeure immobile. Si l'oxygène dans le sang diminue jusqu'à un certain niveau avant que le besoin de respirer se soit fait sentir, le nageur deviendra inconscient. Ce phénomène est appelé syncope anoxique. Évidemment, de l'eau pénétrera dans les poumons d'une personne inconsciente et celle-ci se noiera si elle n'est pas secourue et réanimée.

Mise en application

La Société de sauvetage recommande que chaque installation aquatique adopte une politique relative à l'hyperventilation et à la retenue répétitive de la respiration. Les opérateurs devraient inclure cette politique au manuel de politiques et de procédures de leur installation aquatique et veiller à ce que le personnel soit formé pour intervenir dans de telles situations (reconnaître, prévenir et traiter).

Références

- *Manuel canadien de premiers soins*; Société de sauvetage Canada
- Ministère des Services de santé de la Colombie-Britannique – *No Cardiopulmonary Resuscitation form*.
- Correspondance avec le ministère des Emplois, des Compétences, de la Formation et du Travail de l'Alberta.
- La Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT) de l'Ontario ne reconnaît pas les ordonnances de non-réanimation.
- James A. Helliwell, BA, MD, FRCPC (anesthésiologie) – conseiller médical de la division de la C.-B. et du Yukon, 12 juillet 2008.

Adoption

- Approuvé en 8 mai 2016 par le Conseil d'administration de la Société de sauvetage du Canada

Avertissement

Les normes de sécurité nationales de la Société de sauvetage Canada sont établies à la lumière des recommandations de coroners et des plus récents résultats de la recherche, et reflètent les meilleures pratiques du secteur de l'aquatique au moment de leur publication ou de leur révision.

L'objectif de ces normes est d'inciter les législateurs et les propriétaires, gestionnaires et exploitants de piscines, plages et parcs aquatiques à adopter ces normes afin de prévenir la noyade.

Les normes de sécurité nationales de la Société de sauvetage Canada ne remplacent et n'annulent aucunement les lois et règlements municipaux, provinciaux ou territoriaux et fédéraux, mais sont considérées comme étant les normes que les exploitants d'installations aquatiques doivent tenter de respecter afin d'améliorer la sécurité dans le cadre de leurs activités et de prévenir la noyade et les incidents associés à l'eau.