

05.07.2011 - 10:00 Uhr

Addiction Info Suisse: Alcool et activités aquatiques: un risque (encore) peu connu

Lausanne (ots) -

Par les températures estivales qui règnent actuellement, des milliers de personnes convergent vers les lacs et les rivières, car un saut dans l'eau fraîche est gage de plaisir. Or, dès que l'alcool entre en jeu, le risque d'accident augmente lors de la baignade. Addiction Info Suisse rappelle donc la règle de la Société suisse de sauvetage à respecter en la matière: lorsqu'on s'adonne à des sports aquatiques, on renonce à la consommation d'alcool.

Une chaude après-midi au bord d'une rivière, un saut dans l'eau, un sympathique pique-nique agrémenté d'une bière bien fraîche, un autre plongeur insouciant dans la rivière, suivi d'une autre bière. Par bonheur, une telle journée se termine la plupart du temps comme souhaité. Malheureusement, il peut parfois en aller autrement: selon les statistiques récentes de la Société suisse de sauvetage (SSS), quarante-trois personnes se sont noyées en Suisse l'an passé.

Connaître les risques et les évaluer correctement

Les cours d'eau, avec leurs courants et leurs tourbillons souvent imprévisibles, présentent des difficultés particulières pour les nageurs, mais les lacs sont également considérés comme dangereux. Selon les statistiques publiées par le bpa (Bureau de prévention des accidents), la fréquence des noyades dans un lac ou une rivière est supérieure à la moyenne chez les personnes âgées de 15 à 24 ans, ainsi que chez celles de plus de 65 ans. Une mauvaise appréciation de la situation ainsi qu'une surestimation de ses propres capacités et un plus fort goût du risque jouent souvent un rôle dans ce contexte.

A côté d'autres facteurs de risque bien connus, la consommation d'alcool et de drogues augmente nettement le risque d'accident lors d'une baignade. L'alcool a un effet négatif sur les aptitudes physiques et réduit en outre la capacité à apprécier une situation de manière correcte et sûre. Dans ses règles de baignade, la SSS recommande donc expressément d'éviter de boire de l'alcool avant et pendant les sports aquatiques ou la baignade.

Eviter les risques

Nager en eaux libres est déconseillé aux nageurs non entraînés. Mais le fait d'être entraîné ne saurait garantir l'absence d'accident. Il convient donc d'éviter de nager dans des eaux inconnues ou de s'adonner à la natation l'estomac plein ou, au contraire, totalement vide. Dans la mesure où l'alcool, entre autres effets néfastes, incite à prendre davantage de risques et altère les facultés de concentration, il est particulièrement dangereux de consommer des boissons alcooliques avant ou pendant la pratique de sports aquatiques. Par conséquent, l'alcool est à proscrire lorsqu'on nage ou qu'on se baigne!

Addiction Info Suisse en bref

Addiction Info Suisse entend prévenir ou réduire les problèmes liés à la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou à des comportements susceptibles d'entraîner une addiction. Elle conçoit et met en place des projets de prévention et s'engage dans la politique de la santé et la recherche psychosociale. Addiction Info Suisse est une organisation privée, indépendante de tout parti politique, reconnue d'utilité publique.

Addiction Info Suisse est active au niveau national et collabore avec des institutions au plan international. Notre nom se décline aussi en trois autres langues: Sucht Info Schweiz, Dipendenza Info Svizzera et Addiction Info Switzerland.

Vous trouverez ce communiqué de presse sur le site Internet d'Addiction Info Suisse: <http://www.addiction-info.ch/medien/>

Contact:

Donatella Del Vecchio
Porte-parole
ddelvecchio@addiction-info.ch
Tél.: 021 321 29 84