

Berne, le 19 septembre 2023

Communiqué de presse

Expéditeur	Service de presse du BPA
Téléphone	+41 31 390 21 21
E-mail	medias@bpa.ch
Informations	bpa.ch/medias

Moins de blessures dans les sports collectifs

Le BPA collabore avec les fédérations sportives

Une blessure sportive sur quatre en Suisse se produit lors de la pratique d'un sport collectif. Or, un grand nombre de ces blessures pourraient être évitées, par exemple grâce à une bonne préparation, un échauffement ciblé ou un équipement approprié. Pour que les sportif-ves puissent atteindre leurs objectifs sans se blesser, le BPA collabore, dans le cadre de sa nouvelle campagne de sensibilisation, avec les fédérations sportives afin de mieux faire passer ses messages de prévention dans le sport organisé.

En Suisse, plus d'un quart des blessures sportives sont imputables aux sports collectifs (football, handball, basketball, hockey sur glace ou unihockey). Elles touchent généralement les chevilles, les genoux, les mains et les doigts ainsi que la tête. Dans le sport récréatif, près de la moitié des blessures subies lors de la pratique des sports collectifs sont dues à des contacts physiques directs.

La nouvelle campagne de prévention du BPA sensibilise à l'importance de se protéger lors de la pratique du sport. Les visuels ([télécharger](#)) représentent des sportif-ves portant une médaille autour du cou, dont le ruban sert à mettre un de leurs bras en écharpe. Cette image symbolise à quel point une blessure peut compromettre les objectifs sportifs. Quelques fractions de secondes suffissent pour que le rêve s'effondre.

En plus d'être douloureuses, les blessures graves rendent impossible la pratique du sport pendant une période prolongée et bouleversent le quotidien des sportif-ves. Suivant leur gravité, elles nécessitent un séjour hospitalier, une thérapie ou un séjour en établissement de réadaptation, autant de mesures qui impliquent non seulement des absences familiales et professionnelles, mais aussi de renoncer au prochain tournoi. Pourtant, nombre de ces accidents pourraient être évités, par exemple grâce à une bonne préparation, un échauffement ciblé ou un équipement approprié.

Ensemble contre les accidents de sport

Pour que le message de prévention atteigne mieux les personnes pratiquant des sports collectifs, le BPA collabore, dans le cadre de sa nouvelle campagne, avec les fédérations sportives concernées. Swiss Volley, la fédération suisse de volleyball, est le premier partenaire à soutenir la campagne. Pour réduire le nombre de blessures, il est prévu d'intégrer des exercices de renforcement musculaire et de stabilisation des articulations (p. ex. genoux, épaules ou chevilles) dans les séances d'entraînement de volleyball.

À l'heure actuelle, le BPA finalise des projets de collaboration avec d'autres fédérations sportives. Son objectif est d'interagir avec le plus grand nombre possible de fédérations et associations sportives et de leur apporter de l'aide pour analyser l'accidentalité, élaborer des concepts de prévention spécifiques et sensibiliser les entraîneur-euses ainsi que les membres de leurs clubs.

Le BPA s'engage pour votre sécurité. Centre de compétences depuis 1938, il vise à faire baisser le nombre d'accidents graves en Suisse, grâce à la recherche et aux conseils prodigués. Dans le cadre de son mandat légal, il est actif dans la circulation routière, l'habitat, les loisirs et le sport.