



Gilet de sauvetage. Même par beau temps !

Le port du gilet de sauvetage est loin de s'imposer le long des côtes françaises. Moins de 11 % des plaisanciers l'enfileraient de manière systématique. Pourtant, l'équipement peut s'avérer vital, même par très beau temps.

Repérer un homme à la mer. Le challenge est de taille pour les sauveteurs de la Marine nationale.



Pourquoi les Français restent-ils aussi réticents au port du gilet de sauvetage ? De l'autre côté de la Manche, on estime que plus de 50 % des plaisanciers l'enfilent, même par belle mer. Sur les côtes françaises, on semble très loin du compte. Un comptage effectué, les 6 et 7 juillet, auprès de plus de 5.000 plaisanciers par la SNSM, l'École nationale de voile et la Fédération nationale des pêcheurs plaisanciers a situé à un peu plus de 10 % les person-

nes portant un gilet en mer.

« Sur les 8.071 personnes secourues par la SNSM en 2012, des dizaines de noyades mortelles auraient pu être évitées si le gilet de sauvetage, pourtant à bord, avait été porté », regrette le patron de la SNSM, Olivier Lajous.

Gagner de précieuses minutes

Les raisons invoquées sont nombreuses pour ne pas s'équiper des bras-

sières pourtant obligatoires à bord des bateaux. La flemmardise d'aller les chercher au fond du cockpit, le bronzage peu compatible et, surtout, la sensation de passer pour un débutant ou une personne qui ne sait pas nager. Et pourtant, ce n'est pas de natation mais bien de survie dont il s'agit. La brassière ou le vêtement à flottabilité intégré permet de tenir la tête hors de l'eau. Le meilleur nageur finira par se fatiguer et sera physiologiquement vain-

cu par le froid et les efforts pour se maintenir à la surface.

Jamais anodin

La brassière ou le gilet de sauvetage n'assure pas la survie à coup sûr mais permet de gagner de précieuses minutes avant la récupération et l'arrivée des secours. Combien de sauveteurs ont eu le terrible sentiment d'arriver une poignée de minutes trop tard ?

Même entre amis, par beau temps

et belle mer, une chute à la mer n'est jamais anodine. Il y a d'abord le choc thermique de l'entrée dans l'eau. D'autant plus important que la chute est brutale et parfaitement inattendue. Un corps torse nu, resté longtemps au soleil, se retrouve brutalement immergé dans une eau fraîche, particulièrement en pleine mer (autour de 15 °C l'été en Bretagne !). Rien que le choc thermique couplé à l'effet de sidération de se retrouver en dehors du bateau

peut être fatal.

À l'inverse, celui qui tombe tout habillé n'est parfois pas avanta-
gé. Les vêtements gorgés d'eau entra-
vent les mouvements et attirent vers
le fond. Les bottes qui se remplis-
sent brutalement restent un classi-
que du genre. Même par beau
temps et belle mer, il faudra un cer-
tain temps à l'équipage pour se ren-
dre compte que quelqu'un est tom-
bé à la mer et quelques longues
minutes supplémentaires pour le
récupérer. Hisser à bord une person-
ne épuisée, les vêtements gorgés,
n'est jamais simple, certaines noya-
des survenant le long du bateau arri-
vé à hauteur du naufragé.

Préserver ses forces

Moins le corps dispose de flottabili-
té, plus il faut déployer de l'énergie
pour le maintenir à la surface et gar-
der la tête hors de l'eau. Cette
débauche d'énergie accélère l'affai-
blissement et la perte de tempé-
rature corporelle.

A contrario, une personne disposant
d'un élément de flottabilité aura
moins à lutter pour maintenir ses
voies respiratoires hors de l'eau et
pourra même adopter une position
regroupée du corps sous l'eau
(foetus), afin de limiter la perte
d'énergie et de chaleur.

Penser également à recouvrir, si pos-
sible, sa tête et sa nuque, afin
de ralentir la déperdition de chaleur.
Cette position permet de gagner
de précieuses minutes avant l'arri-
vée des secours ou la récupération
par l'équipage occupé à la
manœuvre.

Stéphane Jézéquel

*Lire la suite sur www.letelegramme.fr : « Le détail qui tue ou peut sau-
ver une vie ».*