

Un règlement obligeant les cyclistes à porter un casque protecteur pourrait avoir un effet néfaste sur la santé publique au Québec

Source

De Jong P (2009) **Evaluating the health benefit of bicycle helmet laws**. Department of Actuarial Studies, Macquarie University, 12 p.

L'exercice physique contribue grandement à la santé, mais trop de Québécois et de Québécoises n'en font pas suffisamment. Il faut donc redoubler d'ardeur pour promouvoir un mode de vie physiquement actif.

Faire du vélo est une activité physique particulièrement bonne pour la santé, tout en étant relativement sécuritaire lorsqu'elle est pratiquée dans un environnement adapté et que les règles élémentaires de sécurité sont observées par tous les usagers de la route. Une partie apparemment grandissante de la population québécoise en fait suffisamment pour en retirer des bénéfices pour sa santé.

Selon de nombreuses recherches, si un éventuel règlement obligeant le port du casque permettrait d'augmenter le taux de cyclistes qui en portent un, il provoquerait manifestement une diminution de la pratique de cette activité, au point où il pourrait en découler un effet pervers sur la santé publique.

En effet, une baisse de l'activité physique de la population s'accompagne d'une augmentation de la prévalence de maladies graves, notamment celles qui affectent le système cardiovasculaire. Les économies en soins de santé réalisées grâce aux déplacements en vélo seraient plus importantes que les dépenses de santé que le port du casque permettrait d'éviter. C'est notamment ce qui ressort des travaux menés par Piet de Jong (2009), chercheur en actuariat à l'université Macquarie en Australie. Son modèle indique qu'un règlement obligeant les cyclistes à porter un casque provoquerait une augmentation des coûts de santé de près de 5 milliard de dollars aux États-Unis, de 0,4 milliard au Royaume-Uni et de 1,9 milliard de dollars aux Pays-Bas. À noter qu'une diminution de la pratique du vélo ne serait probablement pas compensée par une pratique accrue d'autres formes d'activités physiques.

Par ailleurs, l'effet protecteur du casque à vélo n'est pas aussi évident qu'on pourrait le croire, et les expériences étrangères ne permettent pas nécessairement de conclure que l'obligation d'en porter un s'accompagne systématiquement d'une réduction importante du taux et de la gravité des blessures à la tête causées par un accident de vélo.

Il existe d'autres solutions pour assurer la sécurité des cyclistes, notamment la création d'environnements sécuritaires et la sensibilisation des usagers de la route, de même que la promotion de cette activité physique. En effet, le risque d'accident à vélo est inversement proportionnel à la popularité de cette activité.

Lectures suggérées

Chipman M (2002) **Hats off (or not?) to helmet legislation.** JAMC 166(5):602.

De Marco TJ (1993). **The use of bicycle helmets should not be mandatory.** CMAJ 149(3):342-4.

Jacobsen PL (2003) **Safety in numbers: More walkers and bicyclists, safer walking and bicycling.** Inj Prevent 9(3):205-9.

Peck C (2009) **Why gardening is more dangerous than cycling.** The guardian.

Reynolds G (2009) **Do more bicyclists lead to more injuries?** The New York Times.

Robinson DL (2006) **No clear evidence from countries that have enforced the wearing of helmets.** BMJ 332(7543):722-5.

Kathryn Adel et Guy Thibault