

# SECOURS D'UNE VICTIME PLUS FACILE

**Argumentaire :** Le sauvetage d'une victime sur cordes doit être parfaitement maîtrisé par un cordiste, il s'entraîne donc régulièrement avec du stress et des efforts



## Description de la tâche :

Un cordiste doit régulièrement pratiquer l'entraînement au secours d'une victime inconsciente sur ses cordes. La technique la plus souvent employée est le balancier sur longe où le secouriste utilise son poids pour soulever la victime avec une poulie renvoi. Si le différentiel de poids entre le sauveteur (léger) et la victime (lourd) est important, la manœuvre demande des efforts importants bras hauts, des postures pénibles. crédit photo <http://www.vuedici.org/>



**Localisation :** Epaules

## Explication du trouble :

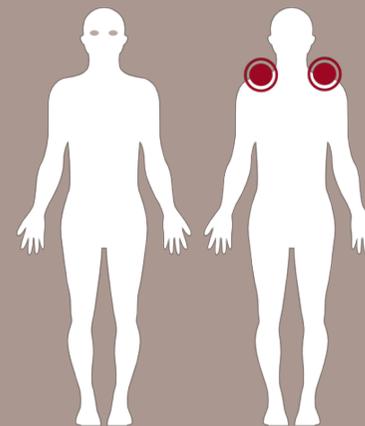
les efforts intenses bras hauts sollicitent des ligaments de la coiffe des rotateurs et compriment la bourse séreuse sur le dessus de l'épaule ce qui provoque des tendinites ou des ténosynovites. les tendons des biceps sont aussi très sollicités

## Stades d'alerte :

Stade 1 : douleurs dans l'épaule/avant bras passent avec le repos

Stade 2 : douleurs nocturnes persistantes

Stade 3 : opération, fragilité de l'épaule, inaptitude



# SECOURS D'UNE VICTIME PLUS FACILE

## Bonne pratique :

L'utilisation d'un mouflage permet de soulever la victime avec de moindres efforts, ici le modèle Jag 4:1, soit un effort quatre fois moins important.

Il suffit de l'installer sur un point fixe ou un bloqueur et soulever la victime pour libérer la tension sur son anti-chute mobile ou son bloqueur ventral. Le mouflage peut aussi être utilisé pour tous les déplacements de charges à partir d'une trentaine de kilos sur une courte distance en réduisant les efforts

Dés que la prise en charge de la victime est effectuée libérer la tension sur son anti-chute mobile, le transfert de charge est aussi facilité par le mouflage pour amorcer la descente. voir sur site Petzl: [Decrochage-et- evacuation-d-un-equipier-suspendu-sur-une-longue-corde](#)



**Source d'information :**  
formation de préparation au CQP 2

- charge mentale liée à la tâche
- température

trouble musculo  
squelettique