

## Enseignement à l'utilisateur et sa famille/proche :

- Échanger avec l'équipe de professionnels de l'unité d'obstétrique et périnatalité sur les déplacements sécuritaires et partager vos préoccupations/questions.



## En cas de chute ou d'accident à la maison

Contactez le 8-1-1 en cas de blessures.

Balayer le code QR pour plus de détails.



[www.ciuss-at.gouv.qc.ca/prevention-des-chutes](http://www.ciuss-at.gouv.qc.ca/prevention-des-chutes)

# Prévention des chutes

Service jeunesse  
(tous les usagers de 0 à 17 ans)

Informations destinées à l'utilisateur et ses proches dans les milieux de vie et à domicile concernant la prévention des chutes et la réduction des blessures causées par les chutes.

Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de l'Abitibi-  
Témiscamingue

Québec 

Québec 

Les chutes font partie du développement normal des enfants qui marchent, grimpent, courent, sautent, jouent et explorent leur environnement.

Bien que la plupart des chutes chez les enfants ne causent pas de blessures graves, presque 4 500 enfants, de la naissance jusqu'à 14 ans, ont été admis à l'hôpital en raison d'une chute en 2018. Cela fait des chutes, une des principales causes d'admission à l'hôpital entre 0 et 14 ans (Parachute, 2024).

À la mesure que les enfants grandissent, les endroits desquels ils chutent changent :

- Les bébés et les tout-petits tombent généralement à la maison – des meubles, lits, tables à langer, chaises hautes ou escaliers;
- Les petits, plus âgés, ont tendance à tomber alors qu'ils marchent, courent ou rampent aux alentours de la maison;
- Les enfants entre 5 et 9 ans tombent le plus souvent dans les aires de jeu;
- À l'adolescence, les enfants ont parfois des comportements les mettant en situation à risque de chute.



## Voici quelques éléments simples à considérer pour réduire le risque de chute pour vous ou votre enfant ▼

### Sécurité des lieux :

- Avoir des espaces de circulation non encombrés (éviter de laisser traîner les jouets);
- S'assurer d'un éclairage fonctionnel et allumé lorsque requis;
- Votre nouveau-né doit dormir sur le dos et dans son lit lorsqu'il n'est pas sous surveillance;
- S'assurer que le siège d'auto repose sur le sol et attacher votre enfant lorsqu'il y est positionné (hors du véhicule);
- Fixer les meubles instables, les téléviseurs, les cadres et autres au mur;
- Installer des barrières de sécurité fixées au mur en haut des escaliers. Les barrières fixées par pression peuvent être utilisées en bas des escaliers (jusqu'à ce que l'enfant soit suffisamment autonome pour monter et descendre un escalier sans danger).

### Assistance à la mobilité/porter attention à l'activité :

- Assurer une supervision auprès de votre enfant :
  - › À la chaise haute (bien fixer les attaches, la tablette et barrer les roues);
  - › Dans la poussette (barrer les roues lorsqu'immobilisée);
  - › Sur la table à langer;
  - › Dans les escaliers;
  - › Dans les structures de jeux au parc ou sur le trampoline.

### Facteurs de risque réduits :

- La Société canadienne de pédiatrie (SCP) encourage les parents à dormir avec leur bébé dans la même chambre jusqu'à l'âge de 6 mois, mais chacun dans son propre lit;
- Ne jamais asseoir ou coucher votre enfant sur le comptoir ou le rebord de la fenêtre;
- Sécuriser les fenêtres et portes accessibles aux enfants;
- Faire porter à votre enfant l'équipement adapté lors d'activités récréatives et sportives (ex. : casque);
- Faire porter à votre enfant des chaussures/pantoufles fermées et antidérapantes, avec les lacets attachés;
- S'assurer d'utiliser des équipements conformes aux normes de sécurité canadiennes (siège d'auto, table à langer, couchette, etc.).

