

ANALYSE DE LA CHUTE D'UN CYCLISTE

PLUSIEURS ASPECTS

- La mécanique de l'accident
- Les facteurs de risques
- Les conséquences
- Les mesures préventives

Analyse de la mécanique de la chute

Type de chute

- Perte d'adhérence : sol mouillé , gravillons, verglas , boue
- Obstacle : nid de poule , trottoir , dos d'âne , branche , animaux
- Déséquilibre : virage trop serré , vent latéral, collision avec un véhicule ou un piéton ou un animal
- Problème technique : freinage brusque , crevaison, éclatement du pneu , rupture de chaîne
- Erreur humaine : mauvaise manoeuvre , excès de vitesse , fatigue , distraction .
- Interaction avec d'autres usagers de la route , collision avec un autre véhicule , un piéton, un autre cycliste

FACTEURS DE RISQUE

Facteurs environnementaux

- Météo : pluie, vent , verglas
- Etat de la route
- Circulations

FACTEURS DE RISQUE

Facteurs humains

- Fatigue , manque de concentration , préoccupation
- Mauvais réflexes ou panique
- Equipement inadapté (vêtements glissants , chaussures non fixées)

FACTEURS DE RISQUE

Facteurs matériels

- Mauvais état du vélo (freins usés , pneus sous gonflés)
- Réglage du vélo (selle top haute , guidon mal positionné)

CONSEQUENCES DE LA CHUTE

Blessures possibles

- Légères : écorchures , contusions
- Modérées : entorses , fractures mineures
- Graves : traumatismes crâniens , fractures complexes , blessures internes

CONSEQUENCES DE LA CHUTE

Dommmages matériels

- Vélo endommagé (roue voilée, chaîne cassée , cadre ou fourche carbone fissuré ,)
- Accessoires brisés (lunettes, compteur , cadre ou fourche carbone)

PREVENTION ET SECURITE

Equipement de sécurité

- Casque obligatoire et gants renforcés
- Pour le VVT genouillères et coudières
- Feu rouge arrière visible , gilet réfléchissants
- Respecter le code de la route ,circuler à droite ,céder le passage , signaler ses changements de direction
- Adapter sa vitesse aux conditions de la route ,mauvaise visibilité , chaussée glissante , présence d'obstacle
- Effectuer une révision régulière de son vélo
- Faire attention aux autres usagers de la route

PREVENTION ET SECURITE

Bonne conduite

- Adapter sa vitesse aux conditions
- Anticiper les obstacles et le freinage
- Maintenir une posture stable et équilibré

PREVENTION ET SECURITE

Entretien du vélo

- Vérifier les freins et la pression des pneus
- S'assurer du bon fonctionnement du système de transmission
- Régler correctement la hauteur de selle et du guidon

CONCLUSION

L'analyse d'une chute de cycliste repose sur l'identification des causes , des facteurs aggravants et des conséquences

Une prévention efficace passe par un bon équipement , une vigilance accrue et un entretien régulier du vélo .

