

# PLAN

I- <u>Introduction</u> .....	page 9
II- <u>Le métier de cavalier professionnel</u> .....	page 10
1/ <u>Tentative de définition</u> .....	page 10
2/ <u>Approche quantitative</u> .....	page 10
3/ <u>Approche qualitative</u> .....	page 11
4/ <u>les différentes structures équestres</u> .....	page 13
5/ <u>Description de l'activité, des risques et des moyens de prévention</u> .....	page 14
5-1-Le travail du cheval	
5-2-L'entretien du cheval	
5-3-L'entretien des installations	
5-4- L'enseignement	
5-5- Le travail administratif	
III- <u>Revue de la littérature</u> .....	page 20
IV- <u>L 'enquête</u> .....	page 23
1/ <u>Objectifs</u> .....	page 23
2/ <u>Matériels et méthodes</u> .....	page 23
3/ <u>Les résultats</u> .....	page 25
3-1- Données générales.....	page 25
3-2- <u>Caractéristiques de la population</u> .....	page 25
3-2-1-Sexe	
3-2-2-Age	
3-2-3-IMC	
3-3- <u>Hygiène de vie</u> .....	page 27
3-3-1-alimentation	
3-3-2-addictions	
3-3-3-Activités physiques	
3-4- <u>Suivi médical – Antécédents</u> .....	page 29
3-4-1-Suivi médical et paramédical	
3-4-2-Antécédents	
3-5- <u>Ressenti des cavaliers sur leur santé</u> .....	page 31
3-6- <u>Parcours professionnel</u> .....	page 36
V <u>Discussion</u> .....	page 39
VI <u>Conclusion</u> .....	page 48
VII <u>Bibliographie</u> .....	page 49

## I-Introduction :

La pratique de l'équitation s'est largement démocratisée en France depuis une dizaine d'années. Il s'agit du troisième sport national en terme de licenciés avec une croissance de plus de 60% entre 2001 et 2011. Il s'agit donc d'un secteur professionnel en pleine expansion.

Mais si le risque traumatique en équitation est aujourd'hui évident, les conséquences d'une pratique intensive professionnelle sont méconnues. Nous nous sommes donc intéressés au métier de cavalier professionnel, son activité et ses risques. Une revue de la littérature de l'accidentologie, mais aussi des pathologies liées à une pratique quotidienne nous a permis de réaliser une première ébauche de questionnaire en vue d'une étude épidémiologique destinée aux professionnels des sports équestres.

Les premiers résultats nous ont confronté à la difficulté d'aborder les problématiques de santé au travail et de prévention des risques chez les professionnels du secteur des sports et des loisirs équestres. Pourtant, différentes enquêtes montrent que l'équitation représenterait en France environ 4% des accidents de sport soit 6000 personnes par an. Les accidents d'équitation sont parmi les plus graves avec 30% de fractures et 20% d'hospitalisation. De plus, travailler avec un animal imprévisible et imposant amène inévitablement des risques pour le professionnel qui s'en occupe au quotidien.

Nous avons ainsi découvert un certain déni du risque existant dans ce métier et avons cherché à en comprendre les raisons.

## II- Le métier de cavalier professionnel:

### 1/Tentative de définition:

Il existe deux principaux secteurs où des professionnels travaillent avec le cheval: le monde des courses hippiques et celui des sports et loisirs. Nous nous sommes volontairement intéressés au deuxième groupe en laissant de côté les cavaliers de la filière courses, très éloignée du monde des sports équestres, par ses pratiques, son organisation et ses institutions.

Au sein de la filière sport et loisirs, on peut distinguer trois activités lucratives et donc génératrices d'emplois:

- l'enseignement de l'équitation, qui se fait dans les poneys club, centres équestres ou encore écuries de propriétaires par des cavaliers enseignants diplômés
- la compétition, avec plus de 80000 épreuves organisées chaque années, au niveau club, amateur ou pro [1].
- et le commerce de chevaux et poneys, avec selon le panorama économique des haras nationaux édition 2011, près de 50000 ventes par an, entraînant l'intervention d'un cavalier professionnel dans 40% des cas [1].

Les cavaliers professionnels sont des acteurs majeurs de ces 3 secteurs et bien qu'ils aient tous en commun le cheval, ce monde du travail rassemble des activités très différentes mettant en jeu des compétences variées, dans des lieux et auprès de publics différents.

### 2/-Approche quantitative:

Il n'existe pas en France de recensement exhaustif des cavaliers professionnels des sports équestres. La Fédération Française d'Equitation (FFE), qui répertorie les licenciés permet une première approche quantitative.

Selon les statistiques de la Fédération Française d'Equitation, en 2014, il y a 2939 cavaliers seniors qui disposent d'une licence de niveau professionnel. Cependant, sur l'ensemble de ces cavaliers concourant à ce niveau et qui sont donc dans l'obligation de détenir une licence

fédérale professionnelle, tous ne sont pas rémunérés pour leur activité de compétiteur. En effet, un cavalier peut tout à fait concourir à ce niveau d'épreuve tout en ayant une activité professionnelle sans aucun rapport avec le cheval et inversement, certains professionnels du cheval n'ayant pas le niveau et /ou la monture nécessaire pour ces épreuves sont titulaires d'une licence amateur.

Une analyse des données sociales recueillies par la Mutualité Sociale Agricole réalisée par Chevalier et Lebeaux en 2006 estimait que le monde du travail du cheval concerne 16000 personnes salariées chaque année.

### 3/Approche qualitative:

D'un point de vue juridique, le statut de cavalier professionnel n'est ni référencé, ni défini au sein des conventions collectives relatives au monde du cheval. Par ailleurs, il n'existe pas d'obligation de formation ou de diplôme pour exercer une activité salarié ou indépendante de cavalier professionnel [2]. Seul l'enseignement de l'équitation est soumis à l'obligation légale de posséder un diplôme (Brevet d'état d'éducateur sportif BEES ou Brevet Professionnel de la jeunesse, de l'éducation Populaire et du sport BPJEPS).

Il n'y a pas un mais des métiers de cavaliers professionnels, sans cloisonnement strict entre les différentes catégories.

La majorité des travailleurs du cheval sont des enseignants d'équitation ou moniteurs. Ils peuvent être salariés ou à leur compte et diriger leur propre établissement sous forme commerciale. Leur principale activité sera alors de donner des cours d'équitation à des cavaliers, enfants, adolescents ou adultes, de niveaux variés, pratiquant une activité de loisirs ou de compétition, soit avec des chevaux de club, soit avec leurs propres chevaux. On peut associer l'enseignement à l'activité de coaching en compétition, qui consiste par exemple dans le cas du saut d'obstacles à accompagner ses élèves en concours afin de les encadrer lors de la reconnaissance du parcours, de la détente du cheval (et du cavalier) au paddock et enfin du débriefing en sortie d'épreuve.

On peut donc déjà remarquer que les horaires de travail seront atypiques. En effet, les horaires de cours seront celles où les clients ne sont pas à l'école ou au travail donc les soirs ou les week-ends et jours fériés.

L'activité de cavalier professionnel ne s'arrête pas au simple fait de monter à cheval en compétition. En effet, il a également la mission de former, entraîner et valoriser un cheval de sport pour son propriétaire contre rémunération et/ou en vue d'une commercialisation ultérieure ou dans une optique d'élevage dans le cas des jeunes chevaux de 3 à 7 ans.

En effet, très rares sont les cavaliers vivant uniquement de leurs gains en compétition en France.

On peut d'ailleurs distinguer plusieurs types de cavaliers professionnels, le rapport Equiressources dirigé par Elodie Farnam en 2014 [2] les classe ainsi:

- le **cavalier maison** est le plus souvent salarié d'un établissement équestre afin d'assurer le travail et l'entretien des chevaux pendant les absences du cavalier principal lors des compétitions. Il a alors un métier transversal entre celui de chef d'écurie, de préparateur de chevaux et de groom. On y retrouve beaucoup de jeunes en apprentissage mais aussi des retraités de la compétition.
- Le **cavalier de jeunes chevaux** est un formateur et un valorisateur d'équidés. Il s'occupe du travail des chevaux de 3 à 7 ans, débutant leur carrière de compétiteur afin de leur apprendre leur métier, puis par la suite de les commercialiser. Il s'occupe également des soins, de l'alimentation et de l'entretien des chevaux. Il est également possible qu'il ait en charge des démarches administratives liées à l'inscription des chevaux en compétition et à l'organisation de leurs déplacements. Il doit également avoir des qualités en tant que commercial afin de négocier la vente des chevaux et de gérer la clientèle. Dans la plupart des cas, il a exercé auparavant comme cavalier maison pour se former en montant de nombreux chevaux sous l'autorité de cavaliers plus expérimentés.
- Le **cavalier enseignant** est un cavalier professionnel qui associe son activité de compétiteur à une activité de coaching. Ainsi, ses revenus proviennent surtout des pensions des chevaux confiés par les cavaliers amateurs à qui il enseigne et des leçons données. Il peut aussi être un cavalier de haut niveau qui s'est reconverti dans l'enseignement en fin de carrière.
- Le **cavalier de haut niveau** est un compétiteur qui s'illustre dans les plus hauts niveaux d'épreuves en France et au niveau international. Il vit au rythme des concours et effectue

de nombreux déplacements en voiture, en train ou en avion. Les chevaux qu'il monte lui sont confiés par des propriétaires ou des éleveurs. Il tire ses revenus de ses gains et du pourcentage qu'il touche sur la vente d'un cheval. Ces cavaliers sont propriétaires de leur structure dans la plupart des cas et emploient donc un ou plusieurs cavaliers maison ou jeunes chevaux qui gèrent l'écurie lors de leurs nombreuses absences. Il n'est pas rare qu'ils assurent également des heures d'enseignement pour compléter leurs revenus. Ce sont donc, en plus de sportifs accomplis, de véritables chefs d'entreprise!

#### 4/Les différentes structures équestres:

Le cavalier professionnel peut exercer son métier au sein de différents établissements.

Les plus courants sont les **centres équestres ou poneys clubs**. Ce sont des structures ouvertes au public dirigées par un gérant qui est le plus souvent à la fois cavalier et enseignant. Il est propriétaire des poneys et chevaux destinés à l'enseignement et s'occupe de leur entretien. Il est aussi responsable de l'entretien des installations, principalement les écuries et les prés où sont logés les équidés mais également des surfaces de travail (manège, carrière) nécessitant un entretien quotidien (arrosage, hersage, nettoyage) et des locaux d'accueil du public. Il gère également les différentes tâches administratives. En fonction de la taille de la structure et du nombre de licenciés, il peut employer un ou plusieurs moniteurs/monitrices d'équitation pour assurer les leçons. Il assure la formation et l'entraînement des compétiteurs, notamment des plus jeunes ainsi que le coaching lors des compétitions. Ainsi, s'il réunit la majorité des travailleurs du monde équestre, ce secteur ne rassemble qu'une faible partie des travailleurs compétiteurs, leurs conditions de travail (horaires peu flexibles, accompagnement des élèves le week-end sur les circuits de compétition poneys ou club, structures et montures peu adaptées à la pratique de haut niveau) apparaissant peu compatibles avec une pratique compétitive engagée [3].

Les cavaliers professionnels peuvent être à leur compte au sein d'une **écurie de propriétaires**. Il s'agit de structures privées où les clients cavaliers sont propriétaires de leur cheval. Ils le confient en pension au professionnel qui en assure l'entretien journalier et la garde dans ses installations. Le plus souvent, il est aussi leur professeur et leur coach lors des

compétitions. Leur niveau étant généralement meilleur que dans les clubs, cela permet au professionnel de concilier ses sorties en compétition et celles de ses élèves sur les mêmes lieux de concours. En plus du travail de ses chevaux et de ceux de ses clients, le cavalier assure donc les soins aux chevaux, l'entretien des écuries, des aires de travail, la gestion administrative de son entreprise. Il peut également y associer une activité d'élevage et de commerce. Dans le cas d'une grosse structure, il peut employer un palefrenier pour l'aider dans les tâches d'entretien des écuries et des chevaux mais dans la majorité des cas il n'a pas de salarié.

Il existe également des **écuries de compétition**. Il s'agit de structure dédiée uniquement à la formation et la valorisation des jeunes chevaux puis de la sortie en compétition de haut niveau des plus aguerris. Elles sont généralement dirigées par un cavalier professionnel de haut niveau associé à un ou plusieurs cavaliers maison et/ou de jeunes chevaux. Les clients sont dans ce cas les propriétaires des chevaux au travail mais ils ne les montent eux même qu'à de rares exceptions. Ici aussi le cavalier à son compte devra gérer toute la partie administrative liée au fonctionnement d'une écurie mais aussi les différents engagements et déplacements des chevaux en compétition le plus souvent sur plusieurs jours (jeunes chevaux la semaine, chevaux d'âge du vendredi au dimanche). Il devra également avoir des compétences commerciales car le but de la valorisation d'un cheval est de pouvoir le vendre à un client tout en faisant un bénéfice sur son coût de production. Dans une écurie de compétition, les activités de soins et d'entretien des écuries seront partagées entre les cavaliers, les grooms et les palefreniers.

Plus anecdotique, un cavalier professionnel, souvent dans ce cas spécialisé dans les jeunes chevaux, peut être employé par un **élevage de chevaux de sport** où il sera alors responsable des déboussages des poulains puis de leur valorisation sur le circuit de compétition réservé aux jeunes chevaux. Il touchera alors généralement un pourcentage sur la vente.

#### 5/Description de l'activité, des risques et des moyens de prévention:

Elles seront modulées en fonction de son lieu de travail, de sa fonction au sein de l'entreprise et au cours de la saison de compétition.

## 5-1- Le travail du cheval:

Un cavalier professionnel monte entre 2 et 10 chevaux par jour en moyenne, selon l'endroit où il exerce. Chaque séance dure entre 30 minutes et une heure et demie en fonction de l'âge du cheval, de son niveau et de son planning de concours. Hormis dans les grosses écuries de compétition où le cavalier dispose d'un groom qui prépare le cheval, le cavalier devra également assurer le pansage du cheval et la pose du harnachement. C'est une activité de plein air et donc soumise aux conditions météorologiques. Le risque d'accident, notamment de chute ou de coups de pieds, même pour les cavaliers expérimentés est toujours présent car les chevaux restent des animaux imprévisibles, surtout les jeunes équidés. Ainsi, le débouillage des jeunes chevaux est une activité nécessitant davantage de précautions que le travail des chevaux plus âgés.



figure 1 : débouillage en longe d'un jeune cheval



figure 2 : concours de saut d'obstacles

Le port d'équipements de protection individuel est donc fortement recommandé aux cavaliers bien qu'ils ne soient pas toujours appliqués. Le port de la bombe ou casque est obligatoire dans la majorité des centres équestres et lors des compétitions. Il fait l'objet d'une norme depuis 1989, l'EN 1384 [4]. Le casque doit impérativement être remplacé en cas de chute. Cependant, nombre de professionnels l'«oublient» lorsqu'ils travaillent un de leurs chevaux sous prétexte de confort et d'expérience! Il est également fortement recommandé de porter des chaussures montantes à talon. Il s'agit d'éviter qu'en cas de chute, le pied ne vienne se coincer dans l'étrier et que le cheval si il s'échappe ne traîne son cavalier au sol et lui inflige de graves blessures. Il existe également maintenant des gilets de protection du rachis [5]. Un gilet de protection est composé d'un assemblage de mousses dont le but est d'absorber au maximum l'énergie du choc. Le gilet offre une protection essentiellement contre les risques de contusions musculaires et parfois contre les fractures des côtes. Il ne protège pas efficacement contre les luxations de l'épaule ou les fractures de la clavicule car ces dernières surviennent surtout par



compression. Pour que la protection soit efficace, le gilet doit être adapté au travailleur et bien réglé. L'employeur doit veiller à choisir ce gilet de façon à ce qu'il soit le plus léger et le plus confortable possible. Tout gilet endommagé doit être remplacé. Parallèlement au gilet classique, une société française a mis au point un gilet autogonflant. Il s'agit d'un gilet contenant des coussins d'air, une cartouche de gaz comprimé (CO<sub>2</sub>) et un cordon en spirale qui est relié à un anneau de la selle lorsque le cavalier est à cheval. En cas d'éjection du cavalier, la traction exercée sur le cordon libère un percuteur qui perce la cartouche de CO<sub>2</sub> et permet au gilet de se gonfler en 0,5 seconde. Le gilet autogonflant protège la nuque, la colonne vertébrale, le bassin et le thorax. Pour être efficace, il doit être adapté au travailleur et porté sur le dernier vêtement. Il s'agit d'un EPI qui va protéger le travailleur lors de chute ou de coup de sabot de cheval au niveau de la partie supérieure du corps (thorax et dos). Le gilet de protection couvre toute la cage thoracique et la partie supérieure de l'abdomen sur l'avant du corps, et va de la septième vertèbre cervicale jusqu'au coccyx sur l'arrière. Il sont souvent portés par les jeunes enfants et les débutants et sont obligatoires sur le cross en compétition. La norme existant pour la conception des gilets de protection est la norme européenne harmonisée EN13158.

Sur le plan énergétique, d'après une communication de Marie-Françoise Jaunet Devienne de l'Université Paris Est Créteil, pour 20 minutes d'entraînement à l'obstacle avec une consommation d'oxygène moyenne d'environ 2 l.min<sup>-1</sup>, un cavalier dépense environ 200 kcal. La condition physique des cavaliers est très variable selon les individus. Par exemple dans l'étude *la dépense énergétique chez le cavalier éléments d'appréciation* de B. Auvinet et al. (6), les cavaliers de haut niveau en concours complet (3 épreuves : dressage, saut d'obstacle et cross) ont une VO<sub>2</sub>max qui varie de 34 à 64 ml/mn/kg et une lactatémie, après un cross d'environ 8min, qui varie de 5.3 à 14.2mmol/l. Le type de travail réalisé et le niveau d'engagement exigé auront une incidence mais peu élevée en comparaisons avec d'autres activités sportives.



figure 3: casque de protection



figure 4: gilet de protection

## 5-2-L'entretien du cheval:

En fonction de son poste et surtout si il travaille seul sur sa structure, le cavalier devra assurer l'alimentation et l'abreuvement des chevaux. De nos jours, la majorité des chevaux de sport ou de loisirs reçoit 2 à 3 repas de concentrés sous forme de granulés qui sont commercialisés soit en vrac (à la tonne), soit dans des sacs de 25kg. La manutention des sacs entraîne donc un port de charges fréquent, un cheval mangeant entre 1 et 6 kg de concentrés par jour selon son poids et son activité. Il reçoit également une ou plusieurs rations de foin (environ 5 à 10kg par cheval par jour). Le foin est stocké sous forme de bottes rondes ou carrées dont le poids varie de 300 à 600kg. La manutention des bottes se fera donc à l'aide d'une fourche de tracteur. Le cavalier sera alors exposé aux vibrations du tracteur lors de cette activité.

Il assure également l'entretien de la litière du cheval constituée de paille ou de copeaux de bois qui consiste à enlever les crottins chaque jour et à curer le box entièrement environ une fois par semaine. On considère qu'un seul cheval produit 11 tonnes de fumier par an. On comprend donc aisément la pénibilité et le risque d'apparition de lombalgie pour le travailleur si cette tâche est effectuée manuellement à l'aide d'une fourche et d'une brouette. Heureusement de nos jours, dans la majorité des écuries, cette tâche a été mécanisée à l'aide d'un tracteur ou d'un chargeur ce qui a diminué considérablement l'effort physique et le temps nécessaire au nettoyage des écuries. On peut également signaler le risque d'irritation respiratoire causé, soit par les vapeurs d'ammoniac produites par l'urine du cheval, soit par des poussières végétales de la litière (paille, copeaux de bois).



figure 5: curage mécanisé du fumier



figure 6: manutention d'une botte de foin

Le cavalier est également responsable des premiers soins en cas de blessures légères ou dans l'attente de l'arrivée du vétérinaire en cas de problème plus grave. Il existe alors un risque

majoré d'accident du fait d'un animal douloureux souvent apeuré et moins coopératif qu'habituellement. Le cavalier peut être victime d'un coup de pied ou de tête, d'un écrasement de son corps contre les murs ou de ses pieds, d'une brûlure de la main si le cheval tire brusquement sur la longe. Le port de chaussures de sécurité et de gants est fortement recommandé dans cette situation.

#### 5-3-L'entretien des installations:

La pratique de l'équitation nécessite d'importantes et coûteuses installations pour être réalisée dans de bonnes conditions. La présence des chevaux implique d'entretenir des pâtures ou paddocks (pré de petite surface destiné à distraire le cheval et lui permettre de se dégourdir les jambes en liberté). Cela nécessitera de conduire des engins agricoles afin de girobroyer les refus ou herser les surfaces enherbées par exemple. Les clôtures devront également être régulièrement révisées car elles peuvent être détériorées par les chevaux. Elles peuvent être en bois ou électrifiées.

Les surfaces de travail sont appelées carrières ou manèges lorsqu'elles sont couvertes. Elle nécessite également un entretien régulier des sols en sable ou en herbe à l'aide d'un tracteur et de sa herse afin de ne pas être détériorées par le passage répété des chevaux.

#### 5-4-L'enseignement:

Surtout s'il est salarié comme moniteur dans un centre équestre, le cavalier professionnel assure les cours d'équitation aux élèves. Il peut s'agir d'enfants débutants à poneys comme d'adultes confirmés s'entraînant pour la compétition. En moyenne, un moniteur assure entre 15 et 20 heures de cours par semaine. Il sera alors le plus souvent debout au centre du manège (station debout statique prolongé et piétinement) et soumis aux conditions météorologiques (températures extrêmes et intempéries). Avec l'apparition de nouveaux sols, on constate également l'apparition de risques oculaires liés aux nouveaux sols des carrières en sable blanc, à forte réverbération [7]. L'enseignant doit garantir au pratiquant des conditions optimales de sécurité dans les pratiques équestres et donc rester vigilant en permanence, surtout

avec des cavaliers débutants mais aussi avoir des qualités de pédagogue afin de transmettre ses connaissances.

Ses horaires de travail seront atypiques puisque les cours de cette activité de loisirs ont lieu les soirs en semaine, le mercredi ou le samedi et qu'il pourra être amené à encadrer ses élèves en compétition le week-end et les jours fériés.



figure 7: enseignant au milieu de ses élèves

#### 5-5-Le travail administratif:

En tant que directeur d'une petite entreprise, le cavalier professionnel devra avoir des notions de comptabilité et gestion. Il sera en charge des commandes de nourriture des chevaux, de la prise de rendez vous avec des clients, le maréchal ferrant ou le vétérinaire. Si il travaille au sein d'un club, il devra organiser le planning des cours des élèves et des sorties en concours. S'il travaille au sein d'une écurie de concours, il sera responsable du planning de compétition et des engagements des chevaux.

### III- Revue de la littérature

L'équitation est classiquement considérée comme un sport à risque pour la santé du fait de la gravité potentielle des chutes mais aussi de la proximité avec un animal parfois imprévisible qu'est le cheval. Pourtant, selon une enquête TNS Sofres-fival menée en 2007, le nombre de personnes pratiquant l'équitation en France est estimée à plus de 2,2 millions soit 3,6 % de la population française. Il s'agit de la 3ème fédération sportive en France en terme de nombre de licenciés [chiffres FFE, 2010] après le football et le tennis. Afin de mieux comprendre d'où vient l'image d'une équitation délétère pour la santé et de prévenir d'éventuelles pathologies fréquentes, nous nous sommes intéressés à la littérature concernant la santé des cavaliers.

#### 1/Accidentologie:

Sur le plan de l'accidentologie, l'équitation entraîne des lésions du fait de sa spécificité qui est de réunir deux espèces différentes, un être humain et un équidé. Ainsi, le risque que représente l'animal ne pourra jamais être exclu totalement [8]. Les études publiées sur les traumatismes en équitation sont le plus souvent des études cliniques ou épidémiologiques de type cas-témoins. Elles sont fréquemment réalisées à partir de données de services d'urgences [9]. Les chiffres sont souvent rapportés à la population générale, plus rarement à la population exposée au risque ou à la durée d'exposition. Une revue de la littérature de l'InVs [10] réalisée en 2010 rapporte des taux de recours aux urgences en cas de traumatisme de 21 à 36/100 000. Les taux de mortalité varient entre 7,8 et 10/100 000 cavaliers. Des revues de la littérature récentes soulignent la gravité des chutes, notamment les traumatismes rachidiens plus fréquents que dans les autres sports ainsi que les traumatismes crâniens [11]. Une étude américaine [12] réalisée dans trois états (Oregon, Washington et Idaho) recensait toutes les lésions en fonction du nombre d'années d'expérience et du nombre d'heures de pratique par mois. Il en ressort que les cavaliers professionnels ont moins d'accidents que les cavaliers amateurs. Selon Waller [13], la plupart des lésions surviennent après avoir été éjecté du cheval (44 %), mais aussi après écrasement par le cheval (10 %), par exemple lors de la chute du cheval et de son cavalier. Il peut aussi s'agir de chocs directs sur un obstacle. Un grand nombre de lésions surviennent également à côté du cheval (30 à 40 %), par exemple lors des soins aux chevaux.

Concernant la localisation, la majorité des parties lésées chez le cavalier professionnel se retrouvent au niveau de la tête, des épaules et du thorax [14]. Pour l'ensemble des équitants, la répartition par ordre de fréquence de la localisation des lésions est la suivante: membre supérieur (22 à 39%), tête et cou (19-25%), membre inférieur (17-20%), rachis (8-13%), thorax (8-13%) et pelvis (2-8%).

On rappellera pour conclure cette partie que les mesures de prévention telles que le port d'équipement de protection (casque, gants, chaussures adaptées) ou le bon état du matériel mais aussi une bonne connaissance des chevaux afin de prévoir leurs réactions parfois imprévisibles reste essentielle en équitation.

## 2/Pathologies chroniques:

Concernant les pathologies chroniques du cavalier, il existe peu d'études récentes. Beaucoup de travaux concernant le rachis du cavalier ont été menés dans les années 80-90. Il faut citer bien sûr les travaux d'Auvinet [15] mais aussi de Coste et de Desproges-Gotteron [16]. Malgré les idées reçues concernant l'équitation, toutes les études montrent que la fréquence des rachialgies chez le cavalier n'est pas plus importante que dans la population générale. Selon les études, elle varie entre 45 et 63 % alors qu'elle est comprise entre 60 et 80% dans la population active [17]. On ne retrouve pas de corrélation entre la fréquence des douleurs rachidiennes et le nombre d'années de pratique [18].

Les études confirment le siège lombaire quasi-exclusif des rachialgies du cavalier [19]. On distingue les lombalgies statiques et d'effort qui sont banales et liées au surmenage musculo-ligamentaire. Elles sont perçues principalement le soir ou le matin au réveil et nécessitent une période courte de déverrouillage matinal. Elles sont sans gravité puisqu'elles ont tendance à disparaître lorsque le cavalier est à cheval et ne l'handicapent pas dans sa carrière sportive et professionnelle. D'ailleurs, elles font rarement l'objet d'une consultation médicale ou d'un traitement.

On retrouve également des lumbagos ou lombosciatiques le plus souvent à la suite d'une chute ou d'un « accident discal » par exemple lors d'une mauvaise réception lors d'un saut ou d'une ruade du cheval.

Les différentes études retrouvent cinq facteurs favorisant les lombalgies: l'intensité de la pratique quotidienne, les exercices équestres violents, une attitude clinique en hyper lordose, une discopathie dégénérative sous jacente et les traumatismes répétés (chute).

Certains cavaliers souffrent également de cervicalgies ou de dorsalgies. Une étude française [20] montre une fréquence élevée de séquelles radiologiques de dystrophie rachidienne de croissance au niveau du rachis dorsal. Ceci s'explique par le fait que les cavaliers ont souvent une pratique intensive dès l'adolescence [21].

Chez les cavaliers professionnels, on retrouve aussi différentes pathologies des adducteurs du fait de leur hyper sollicitation à cheval [22]. Ce sont des myalgies (contractures ou courbatures) ou des tendinopathies qui pourraient sans doute être prévenues par un meilleur respect des règles hygiéno-diététiques et d'une période d'échauffement avant de se mettre à cheval. Des gonalgies (syndrome rotulien) peuvent être rapportées surtout en cas de lésions préexistantes.

Ainsi, contrairement à la pathologie traumatique en équitation qui a fait l'objet de beaucoup de publications, les travaux à propos de la pathologie chronique restent peu nombreux. On peut tout de même noter qu'elle résulte souvent de l'association de séquelles traumatiques et de lésions dégénératives non spécifiques. Il semblerait qu'en fait la sollicitation de la musculature vertébrale profonde qui est importante à cheval soit bénéfique pour le rachis et que les activités "à coté" du cheval soient en grande partie responsables des douleurs chez le cavalier.

## IV- L'enquête

### 1/Objectifs:

Les cavaliers professionnels sont une catégorie de travailleurs bien particulière. D'une part du fait que leur outil de travail principal est un animal, le cheval, d'autre part du fait qu'une partie de leurs activités est un sport, qu'il soit pratiqué en compétition ou non.

La recherche bibliographique réalisée durant l'année 2013 nous a montré que la littérature concernant l'accidentologie des cavaliers était abondante. Il existe en effet de nombreuses études réalisées au sein de services d'urgences à propos des traumatismes subis par les cavaliers lors d'une chute ou d'un accident avec le cheval. Cependant, très peu d'études portaient sur les pathologies chroniques des cavaliers professionnels. Nous avons donc voulu en savoir plus sur l'état de santé des cavaliers professionnels et leur suivi médical, ceux-ci ne bénéficiant que très rarement d'un suivi par la médecine du travail ou même de la médecine du sport. Les objectifs étaient de recenser les pathologies les plus fréquentes chez cette population, leur retentissement sur le parcours professionnel et d'ouvrir une réflexion sur les voies de recherche dans le domaine de la prévention de ces pathologies.

### 2/Matériels et Méthodes:

Suite aux résultats de la revue de la littérature, nous avons établi un questionnaire anonyme divisé en 4 parties: des renseignements généraux, des questions à propos des habitudes de vie, des renseignements médicaux et enfin des questions portant sur le parcours professionnel [ANNEXE 1]. Nous nous sommes basé sur le modèle du questionnaire nordique qui permet aux médecins du travail de dépister des troubles musculo-squelettiques chez les salariés. Il comportait au total 111 questions. Il était accompagné d'une lettre expliquant la démarche et les objectifs de l'étude. Ce questionnaire avait été auparavant testé à plusieurs reprises par des cavaliers enseignants du Cadre Noir de façon à l'adapter à l'activité particulière des cavaliers professionnels et à le rendre accessible à tous. Il comprenait à la fois des questions à choix multiples et des questions ouvertes.

Il a été distribué à une population de cavaliers professionnels en activité lors de deux manifestations en septembre et en octobre 2013: la grande Semaine de l'élevage de Saumur et le National des enseignants organisées dans l'enceinte de l'Ecole Nationale d'Equitation à Saumur (49). Ces sont deux compétitions auxquels participaient de nombreux professionnels de l'équitation. Les questionnaires ont donc été remis aux différents participants par l'intermédiaire de leur dossier d'accueil contenant les diverses informations sur l'organisation du concours. Les personnes chargées de donner ces dossiers informaient les cavaliers de la présence de ce questionnaire et de son objectif.

Des rappels ont également été faits oralement plusieurs fois par jour sur toute la durée du concours par le speaker chargé de diffuser les informations importantes au bon déroulement de la compétition. Une trentaine d'affiches à l'intention des participants ont été disposés à différents endroits stratégiques afin de leur rappeler de nous rapporter les questionnaires une fois complétés. Ils ont donc pu remplir les questionnaires sur la durée des 2 concours respectivement 2 jours et 3 jours et nous avons prévu une urne à leur disposition au secrétariat du concours pour les déposer.

Les données recueillies ont été saisies sur une base de données avec le logiciel EXCEL® après codage. L'analyse statistique a été faite en coopération avec une statisticienne du LEEST (Laboratoire d'Ergonomie et d'Epidémiologie en Santé au travail). Une analyse croisée de ces données a été réalisée avec des tests de chi-2 et de Fischer. Les données quantitatives sont exprimées en pourcentage ou en effectifs. Le seuil de significativité a été fixé  $p=0.05$ .

### 3/Les résultats:

#### 3-1- Données générales:

Au total, 850 questionnaires ont été distribués. Nous avons recueilli 65 questionnaires remplis et exploitables lors de ces deux manifestations soit un taux de retours de 7.65%.

#### 3-2- Caractéristiques de la population:

##### 3-2-1-Sexe:

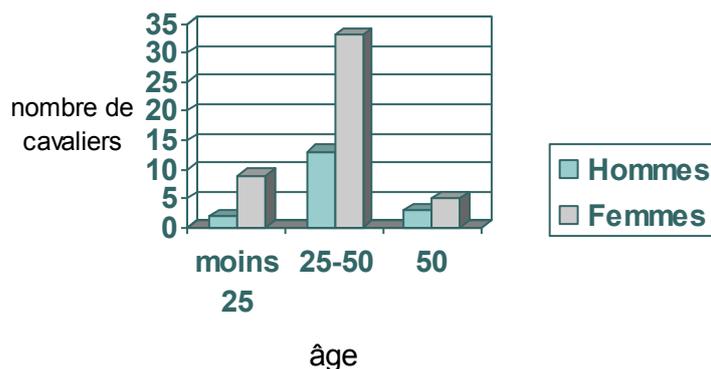
Notre population est composée de 47 femmes soit 72% et de 18 hommes soit 28%.

##### 3-2-2- Âge:

La moyenne d'âge de notre population est de 39 ans (médiane de 37 ans).

Le plus jeune est âgé de 18 ans et le plus vieux de 66 ans.

Figure 8: âge des cavaliers



Il s'agit d'une population qui subit une forte féminisation depuis quelques années qui coïncide avec la récente et massive féminisation de la population de licenciés de la Fédération Française d'Equitation. Ce constat est d'autant plus marqué dans l'enseignement: elles représentent 47.3% des enseignants en 2000 (Chevalier et Dussart, 2002).

### 3-2-3- Indice de masse corporelle

Figure 9: IMC chez les hommes

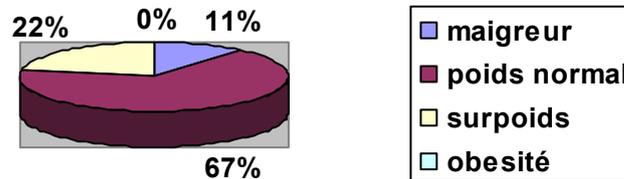
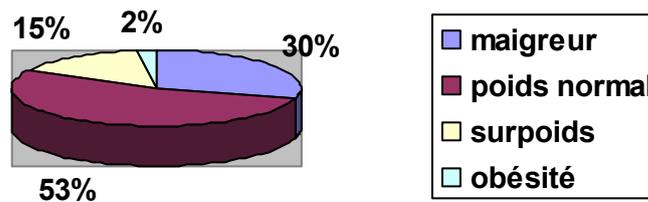


Figure 10: IMC chez les femmes



En comparaison avec la population générale [5], l'IMC moyen déclaré des hommes (Europe) est de 25,5 et celui des femmes de 24,5. Ces IMC sont 3,3 et 2,3 points (respectivement) supérieurs à l'IMC moyen des cavaliers qui est de 22,2 (le même pour hommes et femmes).

En France en 2012, 32,3% de la population française est en surpoids contre 22% des cavaliers et 17% des cavalières. L'obésité dans la population générale demeure plus fréquente chez les femmes (15,7 % versus 14,3 %).

### 3-3-Hygiène de vie

#### 3-3-1-Alimentation:

70.8% des cavaliers professionnels estiment avoir une alimentation équilibrée.

Un seul ne prend qu'un repas par jour, 9 en prennent 2, 47 font 3 repas et 8 en font 4.

46% des cavaliers seulement pensent que leur alimentation influe sur leurs performances en compétition.

#### 3-3-2-Addictions

##### a/ Tabac/ Cannabis

Notre population comprend 26.5% de fumeurs soit moins que dans la population générale qui en compte 32%.

Concernant la consommation de cannabis, un cavalier sur 3 déclarent avoir essayer d'en consommer ce qui correspond à la moyenne des français.

##### b/ Alcool

Figure 11: Consommation d'alcool chez les hommes

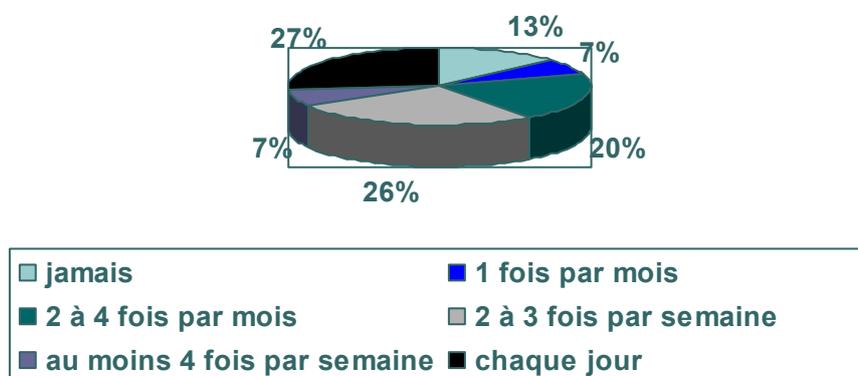
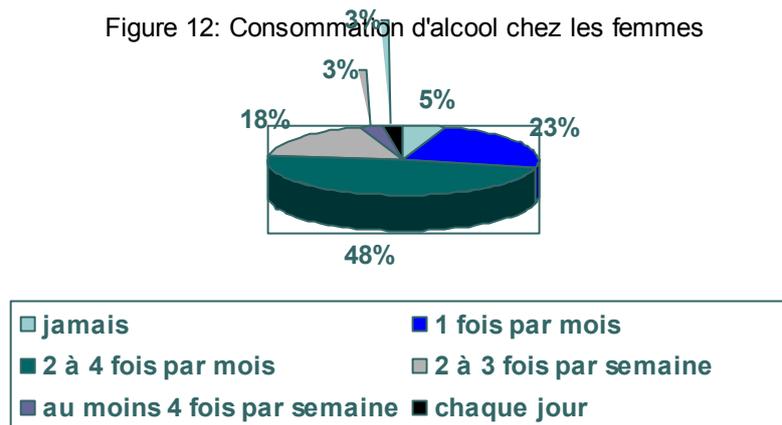


Figure 12: Consommation d'alcool chez les femmes



En France, la consommation quotidienne (consommation d'alcool au moins une fois par jour) est plus fréquente chez les hommes (1 homme sur 3 et 1 femme sur 9). Dans notre population, un cavalier homme sur 4 consomme de l'alcool chaque jour, moins d'une femme cavalière sur 20.

### 3-3-3-Activités physiques

Seulement 1 cavalier sur 4 de notre étude s'échauffe avant de monter à cheval.

Ils sont 32% à pratiquer un autre sport à raison de plus d'une heure par semaine pour 80% d'entre eux ce qui en fait une population très sportive.

Il s'agit principalement de la natation, de la course à pied et du vélo.

### 3-4-Suivi médical- Antécédents

#### 3-4-1-Suivi médical et paramédical:

69% des cavaliers professionnels de notre population déclarent être suivi par un médecin (70% par un généraliste, 13% par un médecin du sport et 11.5% par un spécialiste (MPR, neurologue et cardiologue). Aucun ne cite le médecin du travail. Le médecin généraliste est donc bien l'interlocuteur principal du cavalier professionnel en cas de problème de santé.

80% auraient leurs vaccinations à jour.

52% prennent occasionnellement un traitement antalgique, principalement du paracétamol, parfois des anti-inflammatoires.

Sur le plan paramédical:

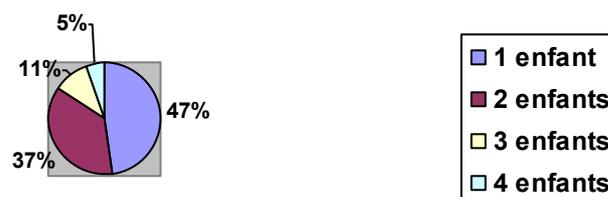
- 65% ont déjà consulté un kinésithérapeute
- 83%..... un ostéopathe
- 12.5%..... un préparateur mental
- 34.4%..... un podologue

Concernant les accidents du travail, 34% des cavaliers ont déjà déclaré un accident du travail mais 38% n'ont pu avoir d'arrêt de travail pour des raisons organisationnelles. Il semblerait en fait qu'il existe une confusion entre accident du travail et arrêt de travail, entraînant une sous déclaration des accidents du travail auprès des organismes de protection médico-sociaux.

40% des femmes ont au moins un enfant. Le nombre moyen d'enfants par femme est de 1.7.

A noter qu'une femme sur 4 a déclaré ne pas avoir pris de congé maternité durant sa grossesse.

**figure 13: nombre d'enfants par femme ayant au moins un enfant**



### 3-4-2- Antécédents:

On constate que les cavaliers professionnels souffrent peu de pathologies cardio-vasculaires: aucun antécédent d'HTA, deux ont subi un infarctus du myocarde.

Ils sont 28% à se plaindre de rhinite allergique.

13% ont déjà été victime d'un traumatisme crânien.

Suite à un accident avec un cheval, 22% ont déjà subi une fracture du membre supérieur, 14% une fracture vertébrale, 29% une fracture de côtes et 33.33% une fracture du membre inférieur. Un seul cavalier de notre population s'est fracturé le bassin suite à une chute.

Concernant les déchirures musculaires, elles ont concernées un cavalier sur 4. Les localisations principales retrouvées sont les adducteurs puis les ischio-jambiers.

Un cavalier sur 10 a déjà eu une entorse du poignet ou des doigts et un sur cinq une entorse du membre inférieur (cheville > genou).

19% ont déjà souffert d'une tendinite du coude et 14% d'une tendinite de l'épaule.

15% ont une hernie discale diagnostiquée.

### 3-5-Ressenti des cavaliers sur leur santé:

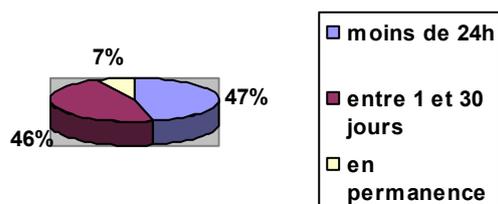
Dans l'ensemble, les cavaliers professionnels estiment que leur santé est très bonne ou excellente. Seulement 6.5% pensent que leur santé est médiocre.

#### Au cours des 12 derniers mois:

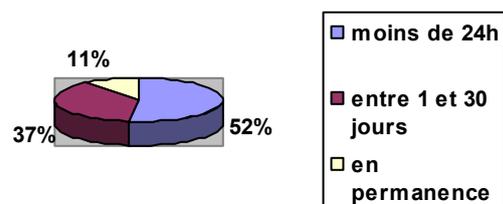
- 58% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau de la nuque, du cou
- 49% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau des épaules ou des bras
- 22.5% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau des coudes et avant bras
- 29% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau des mains/ poignets
- 21% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau des doigts
- 27.5% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau du haut du dos
- 66% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau du bas du dos
- 23% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau de la hanche ou de la cuisse
- 39% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau du genou et de la jambe
- 24.5% ont déjà ressenti des douleurs, courbatures ou gênes au niveau de la cheville ou du pied

#### Durée de la douleur au cours des 12 derniers mois:

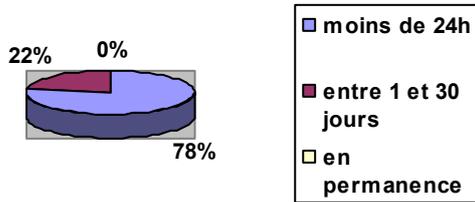
**Figure 14: durée des symptômes nuque/cou**



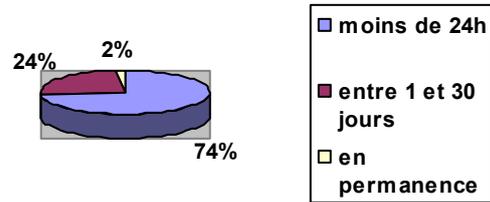
**Figure 15: durée des symptômes épaules/bras**



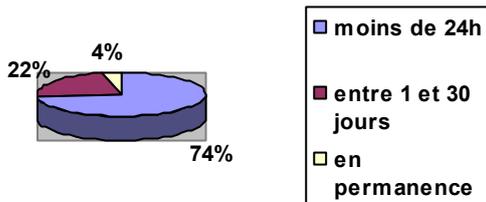
**Figure 16: durée des symptômes  
coude/ avant bras**



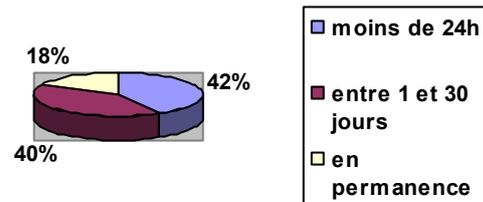
**Figure 17: durée des symptômes  
main/poignet**



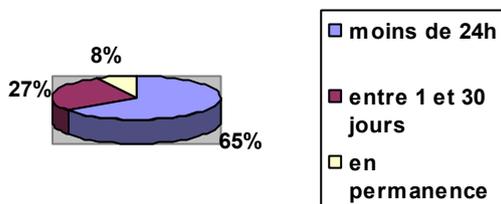
**Figure 18: durée des symptômes  
du haut du dos**



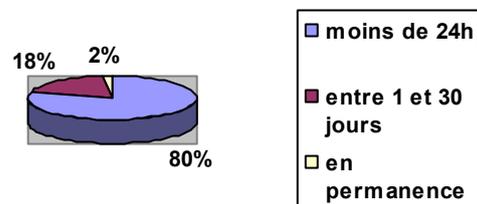
**Figure 19: durée des symptômes  
du bas du dos**



**Figure 20: durée des symptômes  
genou/jambe**



**Figure 21: durée des symptômes  
cheville/pied**



On observe que la région lombaire semble faire l'objet de douleurs chroniques fréquentes. Nous allons donc nous y intéresser plus précisément:

Chez les cavaliers ayant souffert de lombalgies au cours de l'année précédent le questionnaire, il s'agissait de:

- sciatalgies descendant plus bas que le genou pour 12.5%.
- sciatalgies, avec des douleurs ne dépassant pas le genou pour 19.5%.
- lumbagos (douleur aigue localisée) pour 19.5%
- autre type pour 35.7%

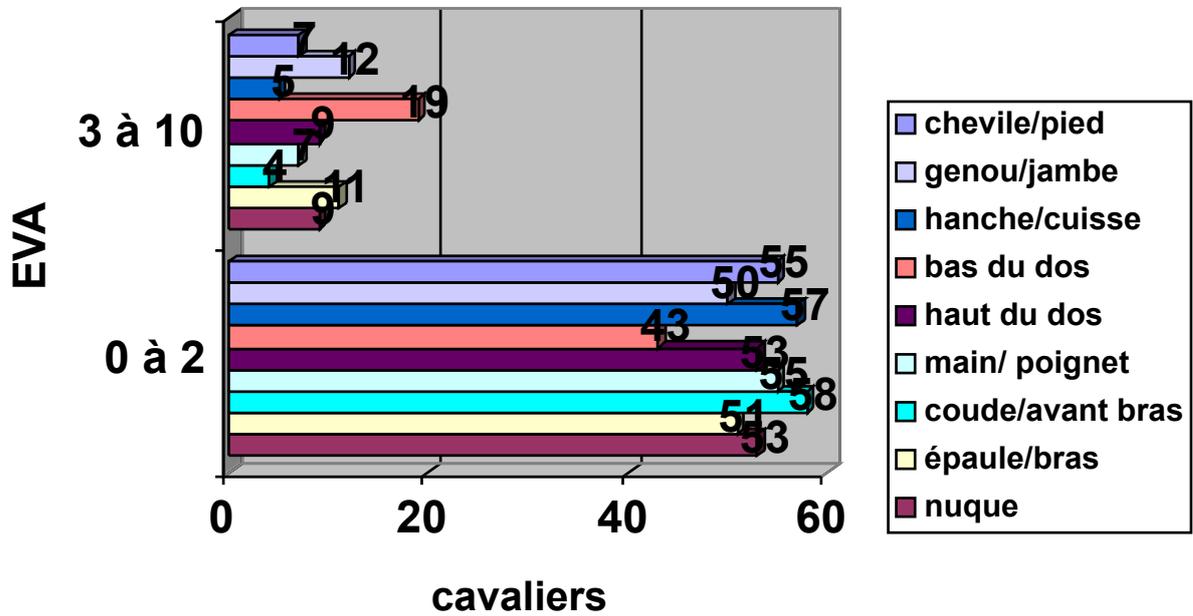
Apparition des lombalgies:

- au réveil pour 48%
- à l'effort pour 48%
- à cheval pour 12.5%
- lors d'autres activités pour 41.5%
- en fin de journée pour 56.25%

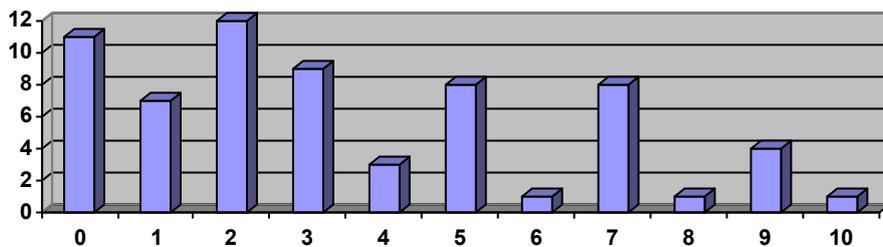
Ainsi, comme le montraient les résultats de notre étude, les lombalgies ne semblent pas invalidantes lors de l'activité de monte à cheval.

Le jour du questionnaire:

**Figure 22: intensité de la douleur à l'échelle visuelle analogique**



**Figure 23: intensité du stress ressenti**



1 français sur 2 évalue son stress au dessus de 5/10 contre 1 cavalier sur 4.

La médiane de l'intensité ressentie des efforts physiques (échelle de Borg) est de 11 pour les hommes et 14 pour les femmes. Il n'y a pas de différence significative en fonction de la durée de la carrière professionnelle.

Au cours de ces 4 dernières semaines:

En raison de leur état physique:

9.5% ont réduit le temps passé à leur travail

33.33% ont accompli moins de choses qu'ils l'auraient souhaité

14.5% ont du arrêter de faire certaines choses

25% ont eu des difficultés à faire leur travail

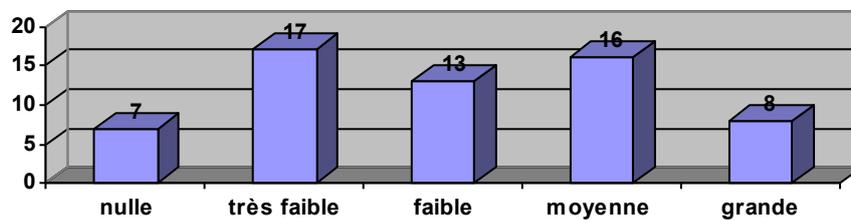
En raison de leur état psychique:

8% ont réduit le temps passé à leur travail

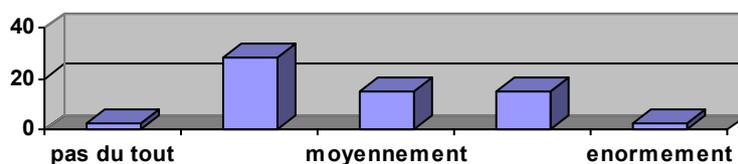
20% ont accompli moins de choses qu'ils l'auraient souhaité

22% ont eu des difficultés à faire leur travail

**Figure 24: intensité de la douleur physique au cours des 4 dernières semaines**



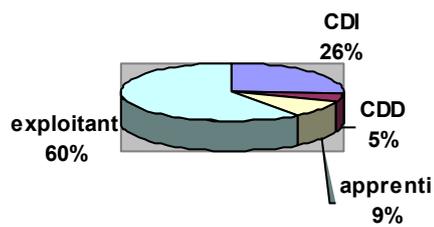
**Figure 25: limitation dans le travail ou les activités domestiques du fait de la douleur physique ressentie**



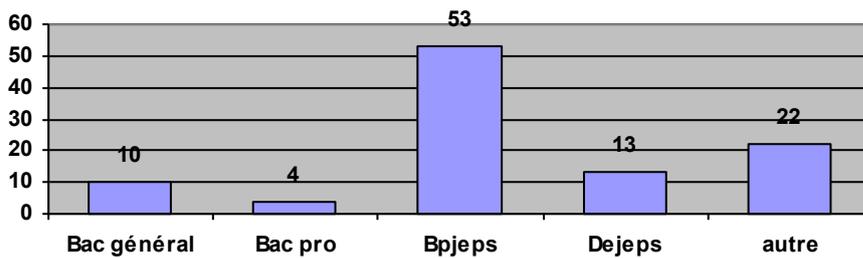
### 3-6-Parcours professionnel:

Dans notre population, les cavaliers sont professionnels depuis 14.5 ans en moyenne.  
La plus courte carrière professionnelle est de 1 an et la plus longue de 45 ans.

**Figure 26: type de contrat de travail des cavaliers**



**Figure 27: diplômes obtenus par les cavaliers**



**Figure 28: ancienneté dans l'emploi actuel**

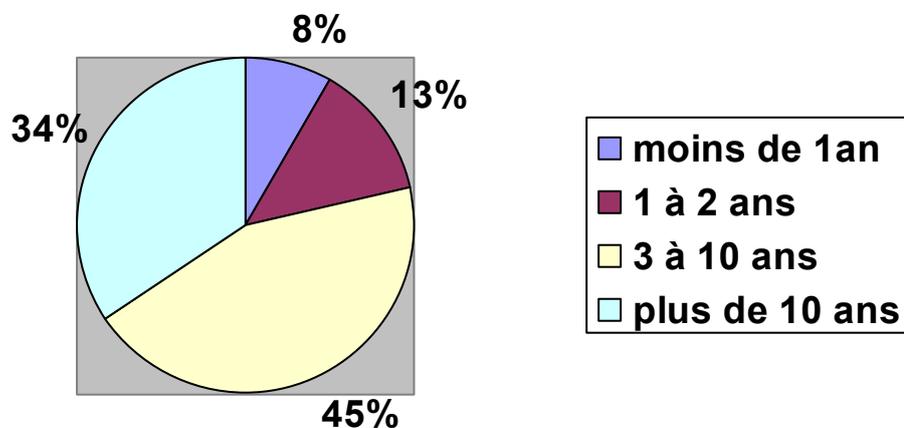
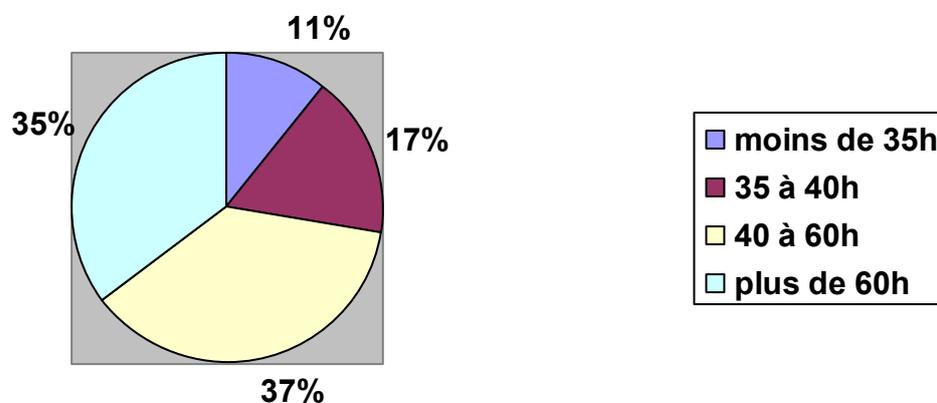


Figure 29: nombre d'heures de travail hebdomadaires déclarées



---

Activités réalisées:

51% des cavaliers de notre étude font l'entretien des écuries et des installations.

80% font les soins aux chevaux (alimentation, pansage, premiers soins en cas de blessures...)

93.5% montent à cheval

85% font de l'enseignement

53% font du travail administratif

71.5% sortent en compétition

Ils sont 35% à travailler avec des collègues en situation précaire.

55% ont un salaire qui dépend de la qualité et/ou de la quantité du travail.

Ressenti au travail:

88% des cavaliers ont un sentiment de reconnaissance de leur travail par l'entourage.

38% doivent faire des choses qu'ils désapprouvent au travail.

17% travaillent avec la peur de perdre leur emploi.

41.5% ont peur de ne plus pouvoir travailler du fait d'un problème de santé.

53.5% estiment qu'il est facile d'exprimer des difficultés au travail.

45% estiment qu'il est facile d'exprimer une atteinte à la santé au travail.

74% ont le sentiment d'exercer un métier pouvant porter atteinte à leur santé.

Sentiment de responsabilité:

93% ont le sentiment qu'une erreur de leur part dans le travail peut avoir une conséquence grave sur leur santé.

90% ont le sentiment qu'une erreur de leur part dans le travail peut avoir une conséquence grave sur leurs chevaux.

83% ont le sentiment qu'une erreur de leur part dans le travail peut avoir une conséquence grave sur leurs collègues.

90% ont le sentiment qu'une erreur de leur part dans le travail peut avoir une conséquence grave sur leurs élèves.

## V- Discussion:

Suite à la revue de la littérature, nous avons pu constater que si l'accidentologie chez les cavaliers professionnels ou amateurs a fait l'objet de nombreuses études, les pathologies chroniques développées au cours de leur carrière avaient fait l'objet de peu d'écrits hormis les travaux d'Auvinet, de Coste et Desproges Gotteron dans les années 80-90. Plus récemment, Eric Favory, médecin fédéral, a publié un livre traitant de la santé des cavaliers et l'équipe de l'allemand Kraft [23] travaille sur les pathologies dorso-lombaires selon les disciplines pratiquées.

La principale limite de cette étude est le très faible taux de retour des questionnaires malgré la réalisations de pré-tests et les nombreuses sollicitations des cavaliers durant la compétition. Il est de 7.65% et est donc responsable d'un important biais de sélection. On peut en effet se demander si les cavaliers ayant répondu ne sont pas ceux qui avaient eu des problèmes de santé et donc se sentaient plus concernés par notre étude, ce qui rendrait notre population non représentative de la population générale des cavaliers professionnels. Du fait de l'anonymat, aucune relance n'a été possible. Nous avons donc interrogé par téléphone un échantillon de non répondants (10 personnes) afin de connaître les raisons du non retour des questionnaires.

La principale raison énoncée par ceux-ci était la longueur du questionnaire. En effet, 25 minutes étaient nécessaires pour le remplir entièrement. D'ailleurs, quelques questionnaires qui n'ont pu être inclus avaient été commencés mais non terminés. Les autres cavaliers expliquent leur non réponse par le manque de temps durant la compétition ou un oubli.

Ils sont unanimes sur le fait qu'ils auraient plus facilement rempli un questionnaire par Internet et sur le fait qu'aucun ne l'aurait renvoyé par courrier. Nous leur avons demandé si ils considéraient leur activité plutôt comme une activité professionnelle, un sport ou une passion et la grande majorité a répondu qu'il s'agissait pour eux de l'ensemble des trois, à égale importance.

Enfin la plupart a le sentiment d'exercer un métier pouvant porter atteinte à sa santé, ce qui correspond aux résultats de notre étude où 3 cavaliers sur 4 avaient également ce sentiment.

Mais alors dans ce cas, comment expliquer le peu d'engouement pour notre étude? Nous avons étudié le taux de réponses d'autres études concernant les cavaliers. Une enquête de l'observatoire de l'emploi, des métiers et des formations filières équines réalisée en 2013 [24] avait été réalisée sous forme de questionnaires distribués aux employeurs potentiels de cavaliers professionnels concernant leurs besoins en terme de personnels. 150 questionnaires avaient été distribués par mail, 60 questionnaires avaient été adressés par courrier et une quarantaine de questionnaires avaient été proposé par téléphone ou sur des terrains de compétition. Le taux de réponse pour l'ensemble des enquêtes s'était élevé à 12%.

Une autre enquête a été réalisée par le CRE de Picardie en 2012 [25]. Le premier questionnaire était à destination des 43 diplômés jeunesse et sport des activités équestres (BPJEPS et DEJEPS) en 2012. L'objectif était de connaître leur situation professionnelle détaillée : type de contrat, durée de contrat, type d'emploi, en formation, en recherche d'emploi (durée d'inactivité, dernier emploi, les freins à l'emploi). Son taux de réponses était de 19 sur 43 soit 44%. Le second questionnaire était à destination des 305 structures affiliées à la Fédération Française d'Equitation (liste fournie par le CRE de Picardie). L'objectif était de savoir quel était le type de structure concernée, leurs activités, le nombre, la fonction et la formation de leurs salariés et enfin, leurs besoins en recrutement. Le taux de réponse était d'environ 20%. Les professionnels semblent peu enclins à remplir des questionnaires à propos de leur profession.

Paradoxalement, une enquête réalisée en mai 2013 sous forme de questionnaires diffusé par Internet à propos du bien être du cheval avait eue un grand succès, récoltant 2938 réponses de pratiquants de l'équitation. Parmi les répondants, 90% étaient des femmes mais seulement un quart avaient une activité professionnelle dans le monde du cheval.

Afin de comprendre le peu d'engouement des cavaliers pour leur santé, nous nous sommes intéressé de plus près à cette profession méconnue.

## 1/Caractéristiques de la profession

Le monde du travail du cheval, qui s'inscrit plus largement dans le monde sportif et des loisirs, présente des spécificités. Elles sont liées au fait que, comme dans le secteur sportif, les carrières professionnelles s'inscrivent «dans une logique de conversion de la passion d'amateurs

en une vocation professionnelle» (Chevalier et Dussart 2002) [26]. Tous les secteurs du travail en milieu équestre ont en commun le cheval, mais les différents travailleurs ont des activités très diverses, mettant en œuvre des compétences variées dans des structures et auprès d'un public différent.

Nous avons donc vu qu'aux yeux de la loi, le statut de cavalier professionnel n'est ni référencé, ni défini au sein des conventions collectives relatives au monde du cheval. Par ailleurs, il n'est pas nécessaire de posséder un diplôme pour exercer une activité salariée ou indépendante de cavalier professionnel. En effet, c'est surtout l'expérience du cavalier avec les chevaux qui lui ouvrira les portes du monde du travail et les meilleures places. Il s'agit de véritables professionnels sans que la profession ne soit véritablement reconnue par une formation adaptée et sanctionnée par un diplôme reconnaissant cette qualification (Lenoir, 1995). Un diplôme, le BPJEPS, est tout de même nécessaire pour l'enseignement de l'équitation. Cependant, dans la réalité, nous avons pu constater que cette obligation n'est pas toujours respectée, l'expérience prenant le pas sur les diplômes et que les détenteurs du BPJEPS sont même parfois dévalorisés aux yeux des anciens professionnels.

Que les travailleurs soient salariés ou à leur compte, le monde du travail du cheval est un milieu difficile où les emplois sont souvent précaires. En effet, l'incertitude de la carrière professionnelle est directement liée à la carrière sportive donc aux performances, elles-mêmes dépendantes du potentiel et de l'état de forme des chevaux, beaucoup moins de celui du cavalier. Les relations entre cavaliers salariés et employeurs sont peu ou pas formalisées [27], les modalités de rémunération variables en fonction des performances et du commerce de chevaux (commission sur les ventes, pourcentage des gains en compétition). Les performances ont également une retombée indirecte sur l'image du cavalier professionnel aux yeux d'éventuels propriétaires de chevaux confiés au travail mais aussi des compétiteurs amateurs et élèves potentiels.

Concernant les salariés dans les centres équestres, même si les conditions de travail sont aussi difficiles, la situation économique semble moins fragile bien que les salaires soient assez bas, les postes requérant un niveau de qualification équivalent ou inférieur au bac. La précarité est ici plutôt liée au fait que l'équitation est une activité de loisirs pour la grande majorité de la clientèle, ce qui implique donc des horaires bien particuliers, extensibles et imprévisibles, difficilement compatibles avec une vie de famille, nous y reviendrons, ou même une activité de compétition, source de motivation pour un cavalier professionnel. Cette spécificité a aussi des

répercussions sur le type de contrat de travail, comme l'on confirmé les travaux de la MSA. Alors que selon l'enquête de l'INSEE en 2003, 86% des salariés du privé ont un CDI, ils ne sont que 46% à avoir un tel statut chez les professionnels du cheval. L'équitation étant une activité de loisirs de plein air, on retrouve également beaucoup de travailleurs saisonniers ou à temps partiel: 67 % sont à temps plein, alors que le taux de temps plein moyen au niveau national est de 77 % (Malherbe et Slimani, 2002).

Mais ce qui frappe surtout dans cette population, c'est le turn-over exceptionnel! Bien qu'il n'existe pas de base de données exhaustive des cavaliers professionnels en France, ce phénomène a été reconnu chez les enseignants d'équitation par le FAFSEA (Fond d'Assurance Formation des salariés des Entreprises Agricoles), inquiet de financer des formations pour une espérance de vie professionnelle aussi brève [28]. Elle est de cinq ans pour un moniteur! La profession présente un taux d'abandon massif de 50% tous les 5 ans en effectif cumulé et selon l'enquête du FAFSEA, la majorité des moniteurs occupent un poste depuis moins de 3 ans. Etre titulaire du DEJEPS (niveau d'instructeur) et à son compte serait un facteur favorisant la stabilité professionnelle. L'abandon et le turn-over toucheraient surtout les moins diplômés et les femmes.

Quand on regarde la population des enseignants répertoriée au fichier de la FFE en 2000, il existe une parité entre les hommes (52.7%) et les femmes (47.3%). Mais celle-ci disparaît dès que l'on examine la structure par âge: il y a 62% de femmes qui ont moins de 30 ans et seulement 20% qui ont plus de 50 ans. Tout secteur confondu, elles représentent 44.6% des travailleurs du cheval cotisants à la MSA en 2004 et 34.6% des cotisants non salariés [29]. Cette féminisation massive de la profession est récente et en lien avec la féminisation récente de la pratique de loisirs et amateur. En effet, on dénombre 700000 cavaliers licenciés en 2011 dont 580000 femmes soit 82%. Ce phénomène explique en partie ce fort taux d'abandon de la profession. En effet, le milieu professionnel du cheval implique des conditions d'exercice difficiles physiquement, mais aussi en terme d'horaires, ce qui rend délicat pour une femme de conjuguer activité professionnelle et vie familiale. Une cavalière de compétition sera fréquemment absente du domicile en semaine lors du temps libre des rythmes scolaires ou de la vie professionnelle des clients et le week-end, ce qui semble peu conciliable avec la garde des enfants en dehors du temps scolaire. Une grossesse sera tout aussi difficile à envisager car nécessitera une période d'arrêt sportif plus ou moins longue et des conséquences financières mais aussi en terme d'entraînement et d'entretien des chevaux.

Enfin, ce phénomène d'abandon de la profession est sans doute lié aux raisons du choix de ce métier. Comme le souligne C. Tourre Malen, c'est toujours la motivation cavalière et la passion du cheval qui amènent à choisir cette orientation professionnelle. Mais la réalité du métier où l'on passe plus de temps à pied, à réaliser des tâches difficiles, sans compter ses heures va rapidement rattraper certains nouveaux diplômés.

Ce turn-over pourrait donc expliquer que les cavaliers professionnels se sentent peu concernés par leur santé à long terme vue leur durée de carrière professionnelle et donc qu'ils existent peu d'études sur les conséquences d'une carrière professionnelle sur leur état de santé. C'est d'autant plus vrai qu'ils n'ont pas de suivi par la médecine préventive pour la majorité d'entre eux et qu'ils existent donc peu de données disponibles. Ceux qui abandonnent leur métier se réorientent très probablement dans des professions sans lien avec les chevaux mais poursuivent leur pratique amateur. Ceux qui poursuivent leur carrière malgré l'usure sont pour la plupart à leur compte et sans possibilité de réorientation, étant peu diplômé pour la majorité, leur principal interlocuteur est alors le médecin généraliste traitant. En effet, seuls les cavaliers de très haut niveau bénéficient d'un suivi par un médecin du sport ce qui représente une part infime de cette population.

## 2/ Métier passion et déni du corps humain

Comme nous l'avons dit précédemment, dans le monde professionnel des sports équestres, comme dans le secteur sportif en général, la carrière professionnelle est la suite logique d'une expérience d'amateur (Le Mancq, 2006) et donc au départ, d'une passion (Bertrand, 2009) pour l'équitation et le cheval en général. Cependant, contrairement aux autres sportifs professionnels tels que les footballeurs, les cyclistes ou les tennismen, les cavaliers professionnels ne vivent que très exceptionnellement de leur pratique en compétition et de leurs gains. En effet, le coût des chevaux de haut niveau et de leur entretien est trop important pour être contrebalancé par les gains en compétition trop faibles et trop aléatoires. Ils vont donc cumuler plusieurs «activités alimentaires» telles que le commerce de chevaux, la pension, l'enseignement. La pratique de l'équitation sera alors remplacée par d'autres activités moins valorisantes et difficiles, responsable d'un abandon de la profession par les moins motivés.

Pourtant, on recense des cavaliers professionnels avec des carrières longues, 15 ans en moyenne dans notre étude. Elle montre qu'ils ont de nombreux antécédents de fractures ou de troubles musculo-squelettiques mais qu'ils ne semblent pas ou peu gênés par la douleur dans leur métier. En effet, 93.5% des cavaliers professionnels estiment que leur santé est très bonne. Selon notre étude, en raison de leur état physique, un cavalier sur 3 a accompli moins de choses qu'il ne l'aurait souhaité et 1 cavalier sur 4 a eu des difficultés à faire son travail.

Comment font-ils pour préserver leur santé et poursuivre leur activité professionnelle? Pourquoi semblent-ils aussi peut concerner par les problématiques de prévention de la santé au travail? Parallèlement, dans le monde des courses hippiques, les médecins du travail et les conseillers en prévention de la MSA rapportent un sentiment d'impuissance à mettre en place des actions afin d'endiguer la progression du taux d'accidents [30]. En effet, la filière hippique est la deuxième filière la plus accidentogène en terme de fréquence dans le monde agricole (Vanicek, Bourgoin, CCMSA 2014), juste après la sylviculture. On remarque aussi que la filière d'élevage des gros animaux, filière pourtant voisine en terme d'activités et de risques, n'arrive qu'en 16<sup>ème</sup> position. Ces chiffres sont d'autant plus remarquables que les professionnels de la filière équine ont tendance à sous déclarer les accidents du travail, notamment du fait d'une certaine confusion entre accident de travail et arrêt de travail! Dans notre étude, seulement 34% des cavaliers ont déclaré un accident du travail. Le risque étant pourtant bien réel, nous avons donc cherché d'autres réponses à l'échec de notre étude.

Comme dans tout travail sportif, notamment les footballeurs [31], c'est à travers la nécessité de privilégier la continuité de sa pratique que le cavalier catégorise les différents risques auxquels son travail l'expose. Un vécu différent de la douleur s'opère d'autant plus facilement que le travail sportif est vécu sur le mode de la passion. Et ceci semble d'autant plus vrai pour les cavaliers comme l'expliquent Chevalier et le Mancq dans un article paru en 2014 intitulé *l'invisibilisation du corps des cavaliers* [32]. Elles ont analysé les discours de cavaliers afin de comprendre la négligence affichée vis-à-vis de leur propre corps. De même, Eric Favory, médecin fédéral de l'équipe de concours complet d'équitation a dit du cavalier *qu'il est un sportif qui souvent s'ignore, plus soucieux de la santé de ses chevaux que la sienne, n'ayant pas assimilé les bases d'une diététique équilibrée véhiculée dans le monde du sport ou de la santé, voire un tantinet rebelle...* Il semblerait que cette négligence se soit construite au cours des premières étapes de la vie de cavalier où l'on apprend à se rendre invisible sur le corps du cheval et à lui accorder toute notre attention. S'agissant d'un monde sportif, il semblerait logique que la santé et le corps du cavalier soient au centre des préoccupations mais il n'en ait

rien en équitation. Au cours de l'engagement dans la pratique équestre, et ce d'autant plus en compétition, le cheval va être au centre de toutes les attentions, alors que le corps humain va s'effacer au service de l'animal.

Dès les premières leçons, l'enfant va apprendre qu'il faut d'abord maîtriser son propre corps (pas de geste brusque, pas de cris) afin d'apprendre à composer avec un autre corps que le sien, celui de son cheval. On assiste à un apprentissage de l'oubli de son corps du cavalier au profit de celui de sa monture et de la construction du couple cheval-cavalier. A l'occasion des premières reprises, le jeune cavalier apprend à ne pas tenir compte de ses sensations désagréables du corps (inconfort, douleur, fatigue) afin de mieux sélectionner les informations utiles à la conduite du cheval. On dit du cavalier qu'il «doit se faire oublier» sur le dos du cheval, «ne faire qu'un avec sa monture» [32].

En outre, le programme officiel des examens du cavalier, s'il prévoit une évaluation de la connaissance de l'anatomie et du fonctionnement du cheval (squelette, muscles, locomotion, psychologie) ainsi que des soins à lui apporter (alimentation, ferrure, prise en charge des blessures, maladies les plus courantes), n'envisage à aucun moment une quelconque connaissance du corps humain. Si la détente du cheval en début du travail est au centre de nombreux débats, l'échauffement du cavalier semble absent de sa formation, ainsi qu'en témoigne notre étude où seulement un cavalier professionnel sur quatre s'échauffe avant de monter à cheval. C'est le corps du cheval, athlète du couple, qui est au cœur de l'entraînement et de la préparation physique. Pour les cavaliers professionnels, lorsqu'ils montent à cheval, ce n'est pas leurs corps qu'ils travaillent mais bien celui de leur cheval. Ainsi, le cheval bénéficie de trottings, renforcement musculaire, stretching et autres assouplissements ainsi que de soins spécifiques, des compléments alimentaires jusqu'à la balnéothérapie, en passant par des séances de solarium, d'inhalation, d'ostéopathie ou encore d'acupuncture.

En fait, le cavalier ne considère pas que ces compétences physiques soient celles d'un athlète. L'acquisition des compétences du cavalier vise une meilleure maîtrise de son corps et de son mental plutôt que l'amélioration de sa condition physique. Il existe donc un oubli du cavalier de ses propres sensations pouvant aller jusqu'au déni de la douleur. La notion d'effort physique est rarement mise en avant par les cavaliers, bien qu'au cœur de la pratique sportive.

La connaissance pointue du cheval par les cavaliers expérimentés permettrait de mieux anticiper ses réactions et donc d'éviter ou de limiter les situations dangereuses et les accidents. Mais on observe que plus la carrière de cavalier avance, plus la prise de risques fait partie des

apprentissages car elle est vécue comme étant sous contrôle et permettant la reconnaissance de la maîtrise du cheval. Ainsi, les accidents sont banalisés car vécu sur le mode accidentel donc non prévisibles, ce qui témoigne du déni de l'exposition du corps du cavalier. Après avoir recueilli plusieurs témoignages d'accidents aux cotés des chevaux, V Chevalier et F Le Mancq constate que «la désinvolture des cavaliers vis-à-vis de blessures parfois graves et des recommandations médicales n'est pas liée à l'oubli d'expériences douloureuses mais à l'impérieuse nécessité de remonter à cheval». Le corps du cavalier n'est évoqué que lorsque la douleur ou l'invalidité temporaire ne permet plus de monter à cheval ce qui contraste avec les discours pointus relatifs à la santé de leurs chevaux. Ainsi on comprend mieux le peu d'intérêt de ces professionnels vis-à-vis d'éventuelles pathologies causées par leur métier.

### 3/ Comment pourrait-on sensibiliser cette population à la prévention de la santé des hommes et des femmes

Au vu du taux de réponses de notre enquête, il semble que des modifications du questionnaire doivent être apportées. La durée de remplissage semble avoir freiné ces professionnels pour qui le temps est précieux. Une sélection des questions les plus pertinentes permettrait d'améliorer les résultats d'un futur questionnaire. A première vue, les questions sur les habitudes de vie ont été bien accueillies par nos cavaliers, on pourrait cependant sélectionner les plus informatives. A propos des antécédents médicaux, ce premier questionnaire a montré que les questions ouvertes sont difficiles à interpréter puisqu'elles ne précisent pas les circonstances de la lésion et que les réponses données sont imprécises. De plus, les chiffres après analyse semblent majorés par rapport aux données de la littérature. Les informations à propos du suivi médical et paramédical et des traitements ont pu être analysées et semblent judicieuses. Concernant le ressenti de la santé et de la douleur en fonction de la partie du corps touchée, les questionnaires nordiques n'ont pas posé de problème à notre échantillon et semblent refléter la littérature existante. Dans la partie concernant le parcours professionnel, les informations sur les précédents emplois ont été très difficiles à recueillir. Peu

de cavaliers ont pris le temps de décrire les différentes activités qu'ils ont à réaliser au cours de leur journée de travail. Enfin, si le questionnaire de Borg a pu être exploité, le questionnaire du Karasek ne semble pas convenir, notamment aux professionnels installés à leur compte et travaillant seul.

Concernant le mode de diffusion du questionnaire, Internet semble être la meilleure solution pour cette population qui doit de toute façon posséder et maîtriser cet outil pour son travail. En effet, lors d'une compétition importante, le cavalier se concentre à sa préparation et à ses parcours, et il n'a peut être pas l'envie de penser à ce moment là, à d'éventuelles chutes et traumatismes.

Une des pistes de réflexion a d'ailleurs été évoquée au cours de la réunion avec les différents médecins fédéraux à Saumur. Il s'agit de la préparation mentale. Lors de la 38<sup>ème</sup> journée de la recherche équine en mars 2012, le Dr Guezennec qualifie l'équitation d'activité «informationnelle» car le cavalier doit être simultanément capable de traiter des informations sensorielles sur son environnement et d'exécuter, suite au traitement de ces informations au niveau cérébral, une réponse la plus précise et adéquate possible. Il est d'ailleurs prouvé que le stress du cavalier et du cheval a une influence sur ses performances en compétition [33]. Mais des études montrent aujourd'hui également l'influence de la santé du cavalier sur le bon fonctionnement de son cheval et donc sur ses résultats. En effet, des douleurs ou des raideurs du cavalier peuvent diminuer sa capacité à suivre les mouvements de son cheval ou entraîner une asymétrie [34, 35] ce qui peut déclencher chez le cheval des douleurs dorso-lombaires responsables d'une diminution des performances [36]. De plus, une douleur chez le cavalier peut modifier la transmission des informations au cheval, par des gestes moins précis, ce qui peut être source de fautes, voire de chutes lors d'une compétition [37]. Une prise de conscience de ces découvertes récentes sur les interactions entre le cavalier et son cheval et l'influence des douleurs du cavalier sur le bon fonctionnement de son cheval pourrait sensibiliser cette population à l'importance d'être en bonne santé.

## VI- Conclusion

Ainsi, nous avons donc pu découvrir que le métier de cavalier professionnel est un métier aux multiples facettes, très différent en fonction du lieu de travail et du statut salarié ou non du cavalier professionnel. Il comporte à la fois des risques liés à la pratique d'un sport dangereux mais aussi des risques liés à l'entretien d'un animal au quotidien.

La revue de la littérature qui a permis l'élaboration de notre questionnaire avait laissé entrevoir un manque de données quant au retentissement sur la santé de la carrière professionnelle d'un cavalier de sport équestre. Le faible taux de retour du questionnaire a confirmé la difficulté à aborder le sujet de la prévention des risques et de la santé dans cette population particulière.

Les conditions de travail difficiles et la récente féminisation de cette profession, responsables d'un turn over important et d'une courte durée de carrière professionnelle semblent une première explication à ce manque d'intérêt à préserver sa santé à long terme. Mais nous avons aussi découvert un certain déni du risque professionnel existant dans ce métier où les conditions d'exercice et la passion semble faire oublier que la santé du cavalier est primordiale, non seulement pour la pratique de son sport mais aussi pour la pérennité de sa carrière professionnelle et de son entreprise. L'objectif pour les différents professionnels de santé sera donc de sensibiliser le cavalier professionnel à la prévention des risques auxquels il s'expose pour lui permettre de vivre de sa passion le plus longtemps possible.

## VII- Bibliographie

- [1] Panorama de la filière équine, éditions Haras Nationaux, 2011.
- [5] La sécurité dans les milieux équestres, preventagri, 2009.
- [24] [http://www.picardie.drjscs.gouv.fr/IMG/pdf/Enquete\\_equitation\\_2013.pdf](http://www.picardie.drjscs.gouv.fr/IMG/pdf/Enquete_equitation_2013.pdf)
- [15] Auvinet B. (1980). Le rachis du cavalier. *Rhumatologie* ; 32(5):85-94.
- [19] Auvinet B. (1999). Lombalgies et équitation. *Synoviale* ; 83: 25-31.
- [6] Auvinet B, Coureau C et al. La dépense énergétique chez le cavalier.
- [8] Capelle P. (1989). Etude des temps de réaction du cavalier de compétition. Thèse médecine Lille.
- [26] Chevalier V, Dussart B (2002) « De l'amateur au professionnel : le cas des pratiquants de l'équitation », *L'Année sociologique* 2/ (Vol. 52), p. 459-476
- [27] Chevalier V, Le Mancq F, Travailler dans les mondes du cheval. *Sport et Travail*, Lille, 10-12 décembre 2007
- [29] Chevalier V, Lebeaux MO (2006). Les emplois agricoles dans la filière cheval en France: analyse secondaire des données sociales recueillies par la MSA. Rapport de recherche du centre Maurice Halbwachs pour le Comité d'Orientation Scientifique et technique des Haras Nationaux.
- [32] Chevalier V, Le Mancq F (2013). « L'invisibilisation du corps des cavaliers », *Sociologie*, Vol. 4, p. 183-200.
- [16] Coste F, Desproges-Gotteron R. (1960). Rhumatisme et équitation. *Rev Rhum* ; 2: 254-8.
- [18] Cuhe MC. (1984). Equitation académique et sportive. Aspects actuels de la pathologie de l'appareil locomoteur du cavalier. Thèse médecine Nice.
- [30] Dessors D, L'Hotellier N (2005). Une tentative d'infléchir la démarche de prévention dans le secteur hippique. *Of course*, n°10, p 46-49.
- [2] Farman E, Cordillac C, Abellan C. Cavaliers professionnels: emploi, métiers et formation. Equiressources, IFCE 2014.  
[http://www.equiressources.fr/fileadmin/user\\_upload/\\_temp\\_/Synthese\\_Cavalier\\_professionnel\\_equiressources\\_2014.pdf](http://www.equiressources.fr/fileadmin/user_upload/_temp_/Synthese_Cavalier_professionnel_equiressources_2014.pdf)
- [22] Favory E. (2011). Santé et équitation. Ed Chiron. 171p.
- [17] Fouquet N, Ha C, Bodin J, Chotard A, Bidron P, Ledenvic B, Leroux F, Mazoyer A, Leclerc A, Imbernon E, Roquelaure Y. (2010). Surveillance des lombalgies et de leurs facteurs de risque professionnels dans les entreprises des Pays de la Loire. *Bull Epidemiol Hebd* ; 05-06:48-54

- [9] Jedrecy A. Typologie des patients consultant aux urgences suite à un traumatisme lié à la pratique de l'équitation. 2: étude prospective aux urgences de Dourdan
- [23] Kraft CN<sup>1</sup>, Urban N, Ilg A, Wallny T, Scharfstädt A, Jäger M, Pennekamp PH (2007). Influence of the riding discipline and riding intensity on the incidence of back pain in competitive horseback riders. *Sportverletz Sportschaden.*; 21(1):29-33.
- [34] Lagarde J, Kelso JA, Peham C, Licka T (2005). Coordination dynamics of the horse-rider system. *Journal of Motor Behavior* 37, 418–424.
- [20] Lecocq J, Daemgen F, Vautravers P. (1998). Rachis cervical et dorsal du cavalier. *La revue de médecine orthopédique* ; n°53, pp.29-32.
- [3] LE MANCQ F (2008). Les carrières de compétition des cavalières et des cavaliers. L'exemple du Concours de Saut d'Obstacles, thèse de doctorat de sociologie.
- [12] Mayberrey JC, Pearson TE, Wiger KJ, Diggs BS, Mullins RJ. (2007). Equestrian injury prevention efforts need more attention to novice riders. *J Trauma.* 62(3): 735-9.
- [35] Meyners, E (2004). *Effective Teaching and Riding: Exploring Balance and Motion.* Goals Unlimited Press, Montana.
- [33]Peeters M, Closson C, Beckers JF, Vandenheede M (2011). Le stress du cavalier et du cheval en compétition: appréciation, cinétique et impact sur les performances. 37ème Journée de la Recherche Equine.
- [7] Popineau C. Les clubs hippiques. Accompagner la passion des autres en préservant sa santé. Symposium de l'INMA 2014.
- [31] Rasera F (2012). Le corps en jeu: les conditions sociales de l'arrêt de travail des footballeurs professionnels. *Sociologie du travail* 54, p 338-255.
- [21] Revel M. (1995). Dystrophie rachidienne de croissance et sport, une étude expérimentale. *Rachis et sport*, Paris Masson ; 18-24.
- [10] Rigou A. (2000). Épidémiologie des traumatismes accidentels en équitation. *Revue de la littérature (1997-2009) INVs.*
- [11] Silver JR. Spinal injuries resulting from horse riding accidents. *Spinal Cord*, 40(6):264-71.
- [14] Sorli JM (2002). Equestrian injuries: a five year review of hospital admissions in British Columbia, Canada. (2000). *Inj Prev* ; 6(1): 59-61.
- [37] Symes D, Ellis R (2009). A preliminary study into rider asymmetry within equitation *The Veterinary Journal*, 181, pp. 34–37
- [27] Tourre-Malen C (2000). Le mal-être des enseignants d'équitation. *Équ'Idée.*

[4] Vanicek I, equipements de protection individuel: des normes, des innovations, des recommandations. Symposium de l'INMA, 2014.

[13] Waller AE, Daniels JL, Weaver NL, Robinson P. (2000). Jockeys injuries in the United States. JAMA. 283(10): 1326-8.

[36] Zimmerman M., Dyson S, Murray R (2011). Close, impinging and overriding spinous processes in the thoracolumbar spine: The relationship between radiological and scintigraphic findings and clinical signs. Equine Veterinary Journal 44, 178–184.

## Liste des figures

- Figure 1: débouillage en longe d'un jeune cheval
- Figure 2: concours de saut d'obstacles
- Figure 3: casque de protection
- Figure 4: gilet de protection
- Figure 5: curage mécanisé du fumier
- Figure 6: manutention d'une botte de foin
- Figure 7: enseignant au milieu de ses élèves
- Figure 8: âge des cavaliers
- Figure 9: IMC chez les hommes
- Figure 10: IMC chez les femmes
- Figure 11: consommation d'alcool chez les hommes
- Figure 12: consommation d'alcool chez les femmes
- Figure 13: nombre d'enfants par femme ayant au moins un enfant
- Figure 14: durée des symptômes nuque/cou
- Figure 15: durée des symptômes épaule/bras
- Figure 16: durée des symptômes coude/avant bras
- Figure 17: durée des symptômes main/poignet
- Figure 18: durée des symptômes du haut du dos
- Figure 19: durée des symptômes du bas du dos
- Figure 20: durée des symptômes genou/jambe
- Figure 21: durée des symptômes cheville/pied
- Figure 22: intensité de la douleur à l'échelle visuelle analogique
- Figure 23: intensité du stress ressenti
- Figure 24: intensité de la douleur physique au cours des 4 dernières semaines
- Figure 25: limitation dans le travail ou les activités quotidiennes du fait d'une douleur physique ressentie
- Figure 26: type de contrat de travail des cavaliers
- Figure 27: diplômes obtenus par les cavaliers
- Figure 28: ancienneté dans l'emploi actuel
- Figure 29: nombre d'heures de travail hebdomadaires déclarées

## Table des matières

<u>II- Introduction</u> .....	page 9
<u>II- Le métier de cavalier professionnel</u> .....	page 10
<u>1/Tentative de définition</u> .....	page 10
<u>2/Approche quantitative</u> .....	page 10
<u>3/Approche qualitative</u> .....	page 11
<u>4/les différentes structures équestres</u> .....	page 13
<u>5/Description de l'activité, des risques et des moyens de prévention</u> .....	page 14
5-1-Le travail du cheval	
5-2-L'entretien du cheval	
5-3-L'entretien des installations	
5-4- L'enseignement	
5-5- Le travail administratif	
<u>III- Revue de la littérature</u> .....	page 20
<u>IV-L'enquête</u> .....	page 23
<u>1/Objectifs</u> .....	page 23
<u>2/Matériels et méthodes</u> .....	page 23
<u>3/Les résultats</u> .....	page 25
3-1- Données générales.....	page 25
3-2-Caractéristiques de la population.....	page 25
3-2-1-Sexe	
3-2-2-Age	
3-2-3-IMC	
3-3-Hygiène de vie.....	page 27
3-3-1-alimentation	
3-3-2-addictions	
3-3-3-Activités physiques	
3-4-Suivi médical – Antécédents.....	page 29
3-4-1-Suivi médical et paramédical	
3-4-2-Antécédents	
3-5-Ressenti des cavaliers sur leur santé.....	page 31
3-6- Parcours professionnel.....	page 36
<u>V Discussion</u> .....	page 39
<u>VI Conclusion</u> .....	page 48
<u>VII Bibliographie</u> .....	page 49
<u>Liste des figures</u> .....	page 52
<u>Table des matières</u> .....	page 53
<u>Annexe 1</u> .....	page 54

## ANNEXE 1

### QUESTIONNAIRE « LA SANTE DU CAVALIER »

L'Ecole Nationale d'Equitation mène une étude en collaboration avec le Laboratoire d'Ergonomie et Epidémiologie en Santé au Travail de l'Université d'Angers.

Le questionnaire qui vous est remis a pour but de recenser les pathologies les plus fréquentes et leurs influences sur les itinéraires professionnels des cavaliers afin de mieux les connaître et donc les prévenir.

Ce questionnaire est anonyme. Il concerne vos habitudes de vie, vos antécédents médicaux et votre parcours professionnel. Il s'agit d'un questionnaire classique, validé et utilisé dans d'autres domaines professionnels.

Nous vous remercions par avance de bien vouloir consacrer environ 25 minutes de votre temps au cours de cette Grande Semaine de Saumur 2013. Vous pouvez déposer vos questionnaires complétés dans une urne prévue à cet effet au secrétariat général du concours.

Par avance nous vous remercions vivement de votre participation et investissement et ne manquerons pas de vous communiquer les résultats de cette enquête.

#### **L'équipe de recherche ENE/LEEST**

Contact : [al.thollot@gmail.com](mailto:al.thollot@gmail.com); [sophie.biau@cadrenoir.ifce.fr](mailto:sophie.biau@cadrenoir.ifce.fr)

# QUESTIONNAIRE

## 1<sup>ère</sup> partie : renseignements généraux

1. A quelle date remplissez-vous ce questionnaire ? \_\_\_/\_\_\_/2013
2. Etes-vous ?  Un homme  Une femme
3. Quelle est votre année de naissance ? 19\_\_
4. Etes-vous ?  Droitier(ère)  Gaucher(ère)   
Ambidextre
5. Quelle est votre taille ? 1 mètre \_\_\_cm
6. Quel est votre poids ? \_\_\_ kg

## 2<sup>ème</sup> partie : habitudes de vie

### **A. Alimentation**

7. Pensez-vous avoir une alimentation équilibrée ?  Oui  Non
8. Suivez-vous un régime particulier ?  Oui  Non
9. Vous trouvez-vous ?
  - beaucoup trop maigre  Oui  Non
  - un peu trop maigre  Oui  Non
  - poids normal  Oui  Non
  - un peu trop gros  Oui  Non
  - beaucoup trop gros  Oui  Non
10. Combien de repas prenez-vous par jour ? |\_\_|\_\_|
11. Vous arrive-t-il de sauter des repas ?  Jamais  Rarement  Souvent   
Toujours
12. Pensez-vous que votre alimentation a un retentissement sur vos performances en compétition ?  
 Oui  Non

### **B. Addictions**

#### Tabac

13. Avez-vous déjà fumé (au moins 100 cigarettes) ?  Oui  Non

*Si non, passez directement à la question 18.*

*Si oui :*

14. A quel âge avez-vous commencé ? |\_\_|\_\_| ans
15. Fumez-vous encore actuellement ?  Oui  Non
16. Si non, à quel âge avez-vous arrêté ? |\_\_|\_\_| ans
17. Si oui, combien fumez-vous de cigarettes par jour en moyenne ? |\_\_|\_\_| cigarettes

#### Cannabis

18. Au cours de votre vie, avez-vous déjà consommé du cannabis ?  Oui  Non

*Si non, passez directement à la question 20.*

*Si oui :*

19. Au cours des 30 derniers jours, avez-vous consommé du cannabis ?  Oui  Non

#### Alcool

20. Au cours de votre vie, avez-vous déjà consommé de l'alcool ?  Oui  Non

*Si non, passez directement à la question 25.*

*Si oui :*

21. A quelle fréquence consommez-vous actuellement ?

- Jamais
- 1 fois par mois
- 2 à 4 fois par mois
- 2 à 3 fois par semaine
- Au moins 4 fois par semaine
- Chaque jour

22. Combien de verre(s) consommez-vous un jour typique où vous buvez ?  
 1 ou 2       3 ou 4       5 ou 6       7 ou 8       Plus de 9

23. A quelle fréquence consommez-vous plus de 6 verres ?

- Jamais
- Occasionnellement
- Moins d'une fois par mois
- 1 fois par mois
- 1 fois par semaine
- Tous les jours ou presque

24. Un professionnel de la santé, un ami ou un parent s'est-il déjà préoccupé de votre consommation d'alcool ?       Oui       Non

### **C. Activités physiques et sportives**

25. Pratiquez-vous un autre sport ?       Oui       Non

26. *Si oui*, lequel ou lesquels ? \_\_\_\_\_

27. A quelle fréquence ?

- Moins d'une heure/semaine
- Entre 1 et 4 heures/semaine
- 4 à 7 heures
- Plus de 7 heures

28. Pratiquez-vous un échauffement ?

- Avant de monter à cheval :       Jamais       Rarement       Souvent       Toujours
- A cheval :       Jamais       Rarement       Souvent       Toujours

### **3<sup>ème</sup> partie : renseignements médicaux**

#### **Antécédents médico-chirurgicaux**

29. Affections cardio-vasculaires :

- Hypertension artérielle       Oui       Non
- Infarctus du myocarde       Oui       Non
- Accident vasculaire cérébral       Oui       Non

30. Affections respiratoires :

- Asthme       Oui       Non
- Allergie, rhinite       Oui       Non

31. Traumatismes crâniens       Oui       Non

32. Affections musculo tendineuses :

- Déchirure musculaire       Oui       Non

*Si oui, pouvez-vous préciser la localisation ?*

- 
- Entorse  Oui  Non

*Si oui, pouvez-vous préciser la localisation ?*

- 
- Contracture  Oui  Non

*Si oui, pouvez-vous préciser le muscle et/ou la localisation?*

- 
- Tendinite  Oui  Non

*Si oui, pouvez-vous préciser la localisation?*

---

33. Fracture :

- Fracture vertébrale  Oui  Non
- Fracture du membre supérieur :
  - Clavicule  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
  - Humérus  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
  - Cubitus  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
  - Main  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
- Fracture de côtes  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
- Bassin  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_
- Fracture du membre inférieur  Oui  Non Nombre : \_\_\_\_

34. Affections ostéo-articulaires : Un médecin a t'il déjà posé un diagnostic de :

- Scoliose  Oui  Non
- Dystrophie rachidienne de croissance  Oui  Non
- Arthrose  Oui  Non
- Hernie discale  Oui  Non

35. Avez-vous déjà été subi une opération chirurgicale ?  Oui  Non

*Si oui, laquelle ou lesquelles?*

---

---

---

---

36. Suite à une chute de cheval ou à un accident impliquant un cheval, quelle(s) lésion(s) avez-vous subies ?

---

---

---

---

---

37. Prenez-vous un traitement régulièrement ?  Oui  Non

*Si oui, lequel et à quelle fréquence :*

---

---

---

38. Prenez-vous un traitement occasionnellement en raison de la douleur ?  Oui  Non

39. *Si oui, lequel :*

- Paracétamol (par exemple, Doliprane®, Efferalgan®, Dafalgan®)
- Autre antalgique

Précisez : \_\_\_\_\_

- Anti-inflammatoire non stéroïdien
- Corticoïdes

40. Portez-vous une orthèse ? (par exemple ceinture lombaire, attelle)  Oui  Non  
*Si oui*, précisez : \_\_\_\_\_

41. Vos vaccinations sont-elles à jour ?  Oui  Non  Ne sait pas

42. Etes-vous suivi régulièrement par un médecin ?  Oui  Non

43. *Si oui*, lequel ?

- Un généraliste
- Un médecin du sport
- Un spécialiste

Précisez la spécialité : \_\_\_\_\_

44. Combien de fois l'avez-vous consulté au cours **des 12 derniers mois** ? |\_|\_|

45. Avez-vous déjà consulté :

- Un kinésithérapeute  Oui  Non
- Un ostéopathe  Oui  Non
- Un acupuncteur  Oui  Non
- Un préparateur mental  Oui  Non
- Un podologue  Oui  Non
- 

46. Avez-vous déjà eu une ou plusieurs déclarations d'accidents du travail ?  Oui  Non

*Si oui* :

47. Notez le nombre |\_|\_|

48. Combien ont été à l'origine d'un arrêt de travail ? |\_|\_|

49. Combien de jours au total ? |\_|\_|\_|

*Si non* :

50. Est-ce en raison de difficultés organisationnelles de votre travail (compétition, obligations, surplus de travail)  Oui  Non

Pouvez-vous détailler ?

---

---

---

---

---

51. Avez-vous déjà eu un changement dans l'organisation de votre travail pour :

- Un problème de dos (hernie discale, sciatique...)
- Un problème de genou
- Un problème touchant le bras ou la main
- Un problème d'épaule
- Un autre problème touchant les articulations

Lequel (par exemple, diminution du temps de monte, de débouillage...) :

---

---

---

---

52. Si vous êtes une femme, avez-vous eu un/des enfant(s) ?  Oui  Non

53. *Si oui*, combien ? |\_|

54. *Si oui*, à combien de mois de grossesse avez-vous arrêté de travailler ?

- 1<sup>ère</sup> grossesse |\_| mois
- 2<sup>ème</sup> grossesse |\_| mois
- 3<sup>ème</sup> grossesse |\_| mois
- 4<sup>ème</sup> grossesse |\_| mois

## Santé actuelle

55. Dans l'ensemble, pensez-vous que votre santé est :

- Excellente     Très bonne     Bonne     Médiocre     Mauvaise

56. Avez-vous eu, au cours des **12 derniers mois**, des problèmes (courbatures, douleurs, gênes, engourdissement) au niveau des zones du corps suivantes ?

Zones du corps	Oui	Non		Du côté droit	Du côté gauche	Des deux côtés	A cheval
	Nuque / cou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Epaule / bras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Coude/ avant-bras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Main / poignet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doigts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haut du dos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>
Bas du dos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>
Hanche / cuisse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Genou / jambe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cheville / pied	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

57. Durant ces **12 derniers mois**, combien de temps, au total, avez-vous souffert ? *Pour chacune des zones du corps où vous avez souffert, cochez la case qui correspond le mieux à votre réponse*

	Moins de 24 heures	1 à 7 jours	8 à 30 jours	Plus de 30 jours	En permanence
Nuque / cou	<input type="checkbox"/>				
Epaule / bras	<input type="checkbox"/>				
Coude/ avant-bras	<input type="checkbox"/>				
Main / poignet	<input type="checkbox"/>				
Doigts	<input type="checkbox"/>				
Haut du dos	<input type="checkbox"/>				
Bas du dos	<input type="checkbox"/>				
Hanche / cuisse	<input type="checkbox"/>				
Genou / jambe	<input type="checkbox"/>				
Cheville / pied	<input type="checkbox"/>				

58. Si vous avez souffert de douleurs du bas du dos (lombalgies) **au moins un jour au cours des 12 derniers mois**, s'agissait-il de ?

- Sciatique, avec des douleurs s'étendant plus bas que le genou     Oui     Non
- Sciatique, avec des douleurs ne dépassant pas le genou     Oui     Non
- Lumbago (douleur lombaire aiguë localisée)     Oui     Non
- Autre type de lombalgie     Oui     Non

Si vous avez coché au moins une fois oui à la question précédente

59. Vos **douleurs du bas du dos** apparaissent-elles ?

- le matin au réveil  Oui  Non
- lors d'un effort important  Oui  Non
- plutôt à cheval  Oui  Non
- plutôt lors d'autres activités (à pied, conduite de véhicules...)
- en fin de journée  Oui  Non

60. Avez-vous eu, **au cours des 7 derniers jours**, des problèmes (courbatures, douleurs, gêne, engourdissement) au niveau des zones du corps suivantes ? Pour chacune des zones du corps, cochez la case correspondante.

	Oui	Non		Du côté droit	Du côté gauche	Des deux côtés	A cheval
Nuque / cou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>
Epaule / bras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Coude/ avant-bras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Main / poignet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doigts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haut du dos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>
Bas du dos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>
Hanche / cuisse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Genou / jambe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cheville / pied	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Si oui :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

61. Comment évaluez-vous l'intensité de ce(s) problème(s) **au moment où vous remplissez le questionnaire**, sur l'échelle ci-dessous ?

Nuque / cou	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Epaule / bras	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Coude/ avant-bras	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Main / poignet	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Doigts	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Haut du dos	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Bas du dos	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Hanche / cuisse	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Genou / jambe	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable
Cheville / pied	Ni gêne ni douleur	_0_ _1_ _2_ _3_ _4_ _5_ _6_ _7_ _8_ _9_ _10_	Gêne ou douleur intolérable

62. À quel niveau situez-vous votre état de stress sur l'échelle suivante ?  
*Entourez le chiffre correspondant à l'état dans lequel vous vous situez de 0, pas du tout stressé, à 10, très stressé.*

Pas du tout stressé |\_0\_|\_1\_|\_2\_|\_3\_|\_4\_|\_5\_|\_6\_|\_7\_|\_8\_|\_9\_|\_10\_| Très stressé

63. Au cours de ces 4 dernières semaines, et en raison de votre état physique, avez-vous
1. réduit le temps passé à votre travail ou à vos activités habituelles ?  Oui  Non
  2. accompli moins de choses que vous auriez souhaitées ?  Oui  Non
  3. dû arrêter de faire certaines choses ?  Oui  Non
  4. eu des difficultés à faire votre travail ou toute autre activité (par exemple, cela vous a demandé un effort supplémentaire) ?  Oui  Non
64. Au cours de ces 4 dernières semaines, et en raison de votre état émotionnel (comme vous sentir triste, nerveux (se) ou déprimé(e)), avez-vous
1. réduit le temps passé à votre travail ou à vos activités habituelles ?  Oui  Non
  2. accompli moins de choses que vous auriez souhaitées ?  Oui  Non
  3. eu des difficultés à faire ce que vous aviez à faire avec autant de soin et d'attention que d'habitude ?  Oui  Non
65. Au cours de ces 4 dernières semaines, dans quelle mesure votre état de santé, physique ou émotionnel, vous a-t-il gêné(e) dans votre vie sociale et vos relations avec les autres, votre famille, vos amis, vos connaissances ?  
 Pas du tout  Un petit peu  Moyennement  Beaucoup  Enormément
66. Au cours de ces 4 dernières semaines, quelle a été l'intensité de vos douleurs physiques ?  
 Nulle  Très faible  Faible  Moyenne  Grande  Très grande
67. Au cours de ces 4 dernières semaines, dans quelle mesure vos douleurs physiques vous ont-elles limité(e) dans votre travail ou vos activités domestiques ?  
 Pas du tout  Un petit peu  Moyennement  Beaucoup  Enormément

#### **4<sup>ème</sup> partie : parcours professionnel**

68. Depuis combien de temps pratiquez-vous l'équitation ? \_\_\_\_\_  
années.
69. Depuis combien de temps pratiquez-vous l'équitation **professionnellement** ? \_\_\_\_\_  
années.
70. Dans quel département travaillez-vous actuellement ? \_\_\_\_\_
71. Quel est votre contrat de travail actuel ? *Cochez une seule case*
- Sous contrat à durée indéterminée (CDI)
  - Sous contrat à durée déterminée (CDD) ou autre emploi à durée limitée (contrat saisonnier, etc.)
  - Fonctionnaire
  - Contrat de formation à l'emploi en alternance (ou apprenti(e))
  - Contrat de mesure pour l'emploi (ou stagiaire)
  - Exploitant

72. Quelle formation/diplôme avez-vous suivi/eu ?

- CAP
- Bac général
- Bac professionnel
- BPJEPS/BEES 1
- DEJEPS/BEES 2
- Licence: Laquelle: \_\_\_\_\_
- Autre : \_\_\_\_\_

73. Précisez l'année de début et de fin de vos précédents emplois :

	Année de début	Année de fin
a/ _____	_____	_____
b/ _____	_____	_____
c/ _____	_____	_____
d/ _____	_____	_____
e/ _____	_____	_____

74. Quel emploi occupez-vous actuellement ? Précisez en clair l'intitulé

---

---

---

75. Quelle est votre ancienneté dans l'emploi actuel ?

- Moins de 1 an       Entre 1 et 2 ans       Entre 3 et 10 ans       Plus de 10 ans

76. Pouvez-vous décrire les principales tâches ou activités que vous devez accomplir dans votre emploi actuel ?

---

---

---

77. En moyenne, combien d'heures travaillez-vous par semaine ?

- Moins de 35 heures
- Entre 35 et 40 heures
- Entre 40 et 60 heures
- Plus de 60 heures

78. Travaillez-vous avec des collègues qui se trouvent en situation précaire (CDD, intérimaires...) ?

- Jamais       Rarement       Souvent       Toujours

79. Certains éléments de votre salaire dépendent-ils de la quantité ou de la qualité de votre travail ?

- Oui       Non

**Les questions suivantes se rapportent à une journée typique de travail  
AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS**

80. Comment évaluez-vous l'intensité des efforts physiques de votre travail au cours d'une journée typique de travail ? (*Entourez le chiffre correspondant à votre choix sur l'échelle graduée de 6 à 20 ci-dessous, qui va de « pas d'effort du tout » à « épuisant »*)

6 Pas d'effort du tout  
7 Extrêmement léger  
8  
9 Très léger  
10  
11 Léger  
12  
13 Un peu dur  
14  
15 Dur  
16  
17 Très dur  
18  
19 Extrêmement dur  
20 Epuisant

*Les questions suivantes se rapportent à votre travail habituel au cours des 12 derniers mois. Cochez la **case qui correspond le mieux** à ce que vous ressentez.*

81. Dans mon travail, je dois apprendre des choses nouvelles  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
82. Dans mon travail, j'effectue des tâches répétitives  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
83. Mon travail me permet souvent de prendre des décisions moi-même  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
84. Mon travail demande un haut niveau de compétence  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
85. Dans ma tâche, j'ai très peu de liberté pour décider comment je fais mon travail  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
86. Dans mon travail, j'ai des activités variées  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
87. J'ai la possibilité d'influencer le déroulement de mon travail  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
88. J'ai l'occasion de développer mes compétences professionnelles  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
89. Mon travail demande de travailler intensément  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord

90. On me demande d'effectuer une quantité de travail excessive  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
91. Je dispose du temps nécessaire pour exécuter mon travail  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
92. Je reçois des ordres contradictoires de la part d'autres personnes  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
93. Mon travail nécessite de longues périodes de concentration intense  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
94. Mes tâches sont souvent interrompues avant d'être achevées, nécessitant de les reprendre plus tard  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
95. Attendre le travail de collègues ralentit souvent mon propre travail  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
96. Mon supérieur se sent concerné par le bien-être de ses subordonnés  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
97. Mon supérieur prête attention à ce que je dis  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
98. Mon supérieur m'aide à mener ma tâche à bien  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
99. Mon supérieur réussit facilement à faire collaborer ses subordonnés  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
100. Les collègues avec qui je travaille sont des gens professionnellement compétents  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
101. Les collègues avec qui je travaille me manifestent de l'intérêt  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
102. Les collègues avec qui je travaille sont amicaux  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
103. Les collègues avec qui je travaille m'aident à mener les tâches à bien  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
104. Vous avez le sentiment que dans l'ensemble votre travail est reconnu par votre entourage  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
105. Vous devez faire des choses que vous désapprouvez  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
106. Vous travaillez avec la peur de perdre votre emploi  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
107. Vous travaillez avec la peur de ne plus pouvoir exercer votre métier du fait d'un problème de santé  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord

108. Estimez-vous qu'il vous est facile d'exprimer des difficultés au travail  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
109. Estimez-vous qu'il est facile d'exprimer une atteinte à la santé au travail (maladie professionnelle, accident du travail)  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
110. Avez-vous le sentiment d'exercer un métier pouvant porter atteinte à votre santé  
 Pas du tout d'accord       Pas d'accord       D'accord       Tout à fait d'accord
111. Avez-vous le sentiment qu'une erreur de votre part dans votre travail peut avoir une conséquence grave ?
- Pour votre santé :  
 Jamais       Rarement       Souvent       Toujours
  - Sur l'état du matériel :  
 Jamais       Rarement       Souvent       Toujours
  - Sur le cheval :  
 Jamais       Rarement       Souvent       Toujours
  - Pour vos collègues :  
 Jamais       Rarement       Souvent       Toujours
  - Pour vos athlètes et/ou élèves :  
 Jamais       Rarement       Souvent       Toujours