

RECORD MCE EN RELAI

Inscrit dans le livre Guinness

72 heures de massage cardiaque en relai. Du 15 au 18 octobre 2023, l'Union nationale des associations des secouristes et sauveteurs (UNASS) a organisé un événement dans le cadre de la journée mondiale « redémarrer un cœur ». Après trois jours de massages en relai, la Guadeloupe entre dans le « Guinness Book ». Au-delà de la performance, ce record témoigne de l'engouement de la population, venue en nombre pour s'initier en masse au massage cardiaque.

Lisa Begouin

La Guadeloupe est un département où la population est peu formée à la pratique du massage cardiaque. « Les arrêts cardiaques représentent 50 000 décès par an au niveau national. C'est un arrêt cardiaque par jour en Guadeloupe », rapporte le docteur Murielle Jaffry, du Samu 971, interviewée par France info Outre-mer. « Nous nous sommes rendus compte que beaucoup étaient intéressés pour apprendre à effectuer un massage cardiaque, mais en pratique peu de personnes passent le cap de la formation. Ils ne trouvent pas le temps, ou s'inscrivent aux formations mais ne viennent pas », détaille Julien Melin, président de l'UNASS Guadeloupe. C'est de ce constat que naît le projet : battre le record du monde de massage cardiaque externe (MCE) en relai, et former la population guadeloupéenne aux gestes qui sauvent.

« UN PROJET FOU »

Une fois l'idée lancée, il faut s'organiser. Cet événement repose sur la mobilisation de la population, ce qui présente un facteur d'incertitude. « Julien Melin m'a parlé du record. Au départ, nous ne savions pas si ce projet était réalisable. Ça paraît fou ! Nous avons besoin de la population pour réussir »,

souligne Laura Cuvillier, bénévole à l'UNASS Guadeloupe depuis deux ans. Un mois avant l'événement, l'association crée un système « Google Form » avec des créneaux horaires pour se relayer lors du massage cardiaque. « Si un créneau était libre, nous inscrivions nos bénévoles pour le combler. Les entreprises ont joué le jeu : elles ont surtout rempli les créneaux de 8h à 15h en inscrivant leurs salariés. Nous étions ravis de voir l'engouement autour de l'événement », se réjouit le président de l'UNASS Guadeloupe. Ce système d'inscription, via Google, permet à l'UNASS de recueillir 400 inscriptions. Le but fixé ? Atteindre les 72 heures et battre le précédent

record, établi à 50 heures. « Je ne suis pas rentrée chez moi pendant trois jours, c'était symbolique de rester », confie Laura.

72 HEURES ET 2 280 PERSONNES

Les bénévoles de l'UNASS ont mis en place un planning avec un tableau d'affichage où sont inscrits les participants du relai à des horaires précis. « Le but était d'ouvrir ce record à tout le monde. » Seule exigence pour participer : être âgé d'au moins 12 ans. La population se mobilise largement : associations, personnels de l'école de

JORDAN CHARINI

“ J'avais envie de voir... ”

Lorsque l'événement a été pensé, il n'y avait pas de tableau pour les records individuels. Nous nous sommes renseignés et avons vu qu'il n'existait aucun record de ce type dans le Guinness. Dès le vendredi, tout le monde voulait entrer dans le livre des records et, durant les trois jours, battre le précédent. J'avais envie de voir combien de temps je pouvais tenir. Et l'entreprendre le dernier jour, sinon mon record aurait pu être battu par la suite. 5 heures, ça paraît long, mais les trois premières heures sont passées très vite. On parlait entre nous, ça me distrait. La seule chose que j'ai ressentie, c'est la douleur dans les bras et les poignets.



© DR

Jordan Charini, record du monde masculin en massage cardiaque individuel, 5h



© UNASS Guadeloupe

Les équipes de l'UNASS Guadeloupe ont été fortement mobilisées pour battre le record du monde de massage cardiaque.

police, membres du GIGN, étudiants, familles... Chacun va et vient selon ses disponibilités. Les membres et bénévoles de l'UNASS sont, quant à eux, présents nuit et jour. Le plus compliqué ? Remplir les créneaux du soir, surtout après minuit. Mais l'UNASS peut compter sur ses bénévoles et l'appui de la population. « Nous avons eu beaucoup de soutien. Des étudiants en fac de

médecine et en sport sont venus de 20h à 1h du matin. » Une dizaine de bénévoles se relaient chaque nuit. « Pour dormir, nous faisons des roulements par binôme. Des personnes extérieures à l'UNASS venaient nous donner un coup de main dans la soirée ou très tôt le matin », relate Laura Cuvillier.

LAURA CUVILLIER

“ Donner le maximum ”

Un soir ma mère m'a dit : « tu ne veux pas essayer de faire plus ? ». Je lui ai répondu non. Le record s'élevait déjà à une heure. Le battre me paraissait impossible. Mais mon ego a pris le dessus. J'ai commencé à masser. Pendant un certain temps, personne n'est venu pour me remplacer. Je ne voulais pas seulement battre un record, mais donner le maximum de ma personne. Au bout de 50 minutes, on m'a dit d'arrêter : quelqu'un attendait... Mais je ne faisais que repousser l'échéance. Tout le monde m'encourageait, ça m'a donné la force de continuer. Ils étaient là pour moi, je ne pouvais pas lâcher.



Laura Cuvillier, record du monde féminin en massage cardiaque individuel, 1h30

© C.V.L. MEDIA

“ Au départ, nous ne savions pas si ce projet était réalisable. Ca paraît fou ! Nous avons besoin de la population pour réussir. ”

Un point n'a pas été anticipé par Julien Melin : certains se lancent le défi de masser le plus longtemps possible. Un challenge bienvenu qui a parfois permis de combler des créneaux horaires. « Nous avons calculé environ 2 minutes de massage par personne, mais ce chiffre a été très variable. Le record individuel masculin est de 5h.



© UNASS Guadeloupe

Nous avons comptabilisé 2 280 personnes qui se sont relayées, mais ce chiffre est approximatif. » Pour battre le record, il n'y a pas de place pour l'improvisation. En cas de fatigue ou de stress, un deuxième mannequin est disposé à proximité, permettant ainsi à une deuxième personne de prendre le relai avant même que la première n'arrête de masser.

PLUS DE PEUR QUE DE MAL

Le président de l'UNASS reconnaît quelques frayeurs concernant le bon déroulé du projet. Pour entrer dans le Guinness Book, il faut apporter les preuves de ce record. C'est pourquoi l'association a installé trois caméras dont l'une diffuse les images en direct sur Youtube, tandis qu'une autre est connectée sur Twitch. Première alerte : après un jour et demi, la plateforme Youtube cesse de diffuser la vidéo car la musique choisie n'est pas libre de droits. « C'est ensuite Twitch qui a

2 280 personnes se sont relayées pendant 72h, 10 minutes et 36 secondes.

censuré notre live parce qu'une trentaine de membres du GIGN cagoulés sont venus participer au relai », explique Julien Melin. Après cette nouvelle déconvenue, l'inscription dans le livre des records dépend donc d'une seule caméra. « Nous avons filmé les 17 dernières heures avec cette caméra restante, non sans appréhension. » L'organisation doit faire face à une autre problématique : certains mannequins cassent sous la pression des différents relayeurs. Heureusement, le risque a été anticipé. Les équipements endommagés sont rapidement remplacés, et le relai se poursuit dans de bonnes conditions. « Nous avions prévu six mannequins et quatre ont été cassés. »

COHÉSION D'ÉQUIPE

Au-delà du record, l'événement fournit surtout l'opportunité de former la population guadeloupéenne au massage

« Le cœur de l'événement, ce n'était pas le record. Ce sont les personnes venues un peu par hasard, et qui ont appris à faire un massage cardiaque. »

cardiaque. Une zone est ainsi dédiée à l'initiation des volontaires. « Le cœur de l'événement, ce n'était pas le record. Ce sont les personnes venues un peu par hasard, et qui ont appris à faire un massage cardiaque », atteste Jordan Charini, bénévole à l'UNASS Guadeloupe depuis plus d'un an. Des propos relayés par sa collègue bénévole. « Nous avons invité beaucoup de monde à participer. Humainement, c'était une expérience très enrichissante. Et un plaisir fou de partager ce projet : on joint l'utile à l'agréable. » Pour les deux détenteurs du massage cardiaque en solo « l'UNASS est une grande famille ». L'association compte parmi ses membres des jeunes du service civique, également venus prêter main forte lors de l'événement. « Au sein de notre structure, 20 personnes du service civique ont décidé de rester alors que leur contrat était terminé. C'était aussi le but : créer une cohésion d'équipe entre les membres de l'association. » Pour l'heure, les équipes de l'UNASS se préparent pour un autre projet, mondial cette fois-ci : les jeux olympiques et paralympiques de 2024. « A l'UNASS, on apprend tous les jours. Tout le monde est le bienvenu », conclut en guise d'invitation Jordan Charini. ■