

## Le Projet d'harmonisation des protocoles sur les commotions cérébrales : Liste de vérification du protocole canadien harmonisé sur les commotions cérébrales dans le sport

### Objectif

La présente liste de vérification est un outil permettant de s'assurer que votre protocole pour les commotions cérébrales est conforme aux *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport*.

### Utilisation de l'outil

Passez en revue votre protocole pour les commotions cérébrales pour vous assurer qu'il est conforme aux critères ci-dessous. Tous les éléments non cochés correspondent à des questions qui devront être étudiées.

Si vous n'avez pas déjà un protocole, vous pouvez utiliser le **Modèle de protocole harmonisé sur les commotions cérébrales dans le sport** comme exemple d'un protocole conforme aux *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport*.

#### CONSIDÉRATIONS D'ORDRE GÉNÉRAL

- Votre protocole définit clairement les pratiquants du sport par le terme approprié correspondant à votre sport (p. ex. participant, athlète, joueur).

#### 1. INFORMATION TRANSMISE AVANT LE DÉBUT DE LA SAISON

- Votre protocole spécifie un plan annuel pour l'éducation s'adressant: aux athlètes, aux entraîneurs, aux officiels, aux enseignants, aux thérapeutes et au personnel médical (p. ex. médecin de l'équipe)
- L'éducation sur les commotions cérébrales inclure de l'information sur :
  - Ce qu'est une commotion cérébrale
  - Les possibles mécanismes liés aux blessures
  - Les signes et symptômes courants
  - Les étapes à suivre pour prévenir les commotions cérébrales et autres blessures qui peuvent se produire pendant une activité sportive
  - Que faire lorsque l'on soupçonne qu'un athlète a été victime d'une commotion cérébrale ou d'un traumatisme crânien plus grave
  - Quelles mesures prendre pour assurer la mise en œuvre d'un examen médical approprié, les Stratégies de Retour à l'école et de Retour au sport
  - Les exigences qui doivent être remplies pour autoriser une personne à reprendre ses activités

- La désignation du responsable de la mise en place et de la prise de décisions en ce qui concerne l'information transmise avant le début de la saison

► **Outil utile: Fiche éducative** Pre-Season Concussion Education Sheet

## 2. IDENTIFICATION DE BLESSURES À LA TÊTE

- Votre protocole précise les conditions dans lesquelles on doit soupçonner une commotion cérébrale :
  - chez tout athlète victime d'un impact significatif à la tête, au visage, à la nuque ou au corps et qui démontre N'IMPORTE LEQUEL des signes visibles d'une possible commotion ou rapporte N'IMPORTE LEQUEL des symptômes d'une possible commotion.
  - si un joueur indique qu'il souffre de N'IMPORTE LEQUEL des symptômes à l'un de ses pairs, parents, enseignants, ou entraîneurs ou si quelqu'un remarque qu'un athlète démontre n'importe lequel des signes visibles indiquant une commotion cérébrale
- Votre protocole reconnaît que tous les intervenants (athlètes, parents, entraîneurs, officiels, spectateurs) sont responsables de l'identification chez les athlètes de signes de blessures à la tête ou de signaler qu'un athlète se plaint de symptômes d'une commotion cérébrale
- Renvoie à l'outil d'identification des commotions cérébrales 5 (CRT5)
- Indique les symptômes justifiant une intervention rapide car pouvant indiquer une blessure plus sévère (notamment convulsions, maux de tête croissants, vomissements ou douleurs au cou)
- Désigne les personnes responsables de la mise en œuvre et de la prise de décisions relatives à l'identification de blessures à la tête, notamment la mise à l'écart de l'athlète en attendant un examen médical

## 3. EXAMEN MÉDICAL SUR PLACE

- Votre protocole exige (lorsque c'est possible) qu'une évaluation médicale à volets multiples soit effectuée par des professionnels de la santé agréés présents sur place à l'aide d'un outil qui prend en compte divers paramètres pouvant être affectés par une commotion cérébrale (SCAT5 ou SCAT5 pour enfants)
- Si aucun professionnel de la santé agréé n'est présent, le CRT5 est utilisé à des fins d'identification et de mise à l'écart, et un examen médical est effectué conformément à la Section 4 ci-dessous
- Établit la liste des conditions justifiant le déclenchement d'une prise en charge médicale en urgence (p. ex. perte de connaissance ou suspicion d'une blessure à tête plus grave ou d'une blessure à la colonne vertébrale)

- Un examen médical plus poussée est ensuite effectué par un médecin (voir Section 4 ci-dessous)
- Désigne le responsable de la mise en place et de la prise de décisions en ce qui concerne l'examen médical sur place.

#### 4. EXAMEN MÉDICALE

- Votre protocole établit les modalités du suivi médical par un médecin (ou par un autre professionnel de la santé autorisé, conformément à votre politique en matière de sport). Cela inclut une évaluation à volets multiples.
- Désigne le responsable de la mise en place et de la prise de décisions en ce qui concerne l'examen médical.

#### 5. GESTION D'UNE COMMOTION CÉRÉBRALE

- Une période initiale de 24 à 48 heures de repos physique et cognitif est respectée.
- Après cette période initiale de repos, le sujet reprend progressivement une activité normale, en fonction de sa tolérance.
- Une fois les symptômes au repos entièrement disparus, une stratégie de retour progressif au sport et aux études est mise en place.
- Votre protocole précise que le retour aux études doit se faire avant le retour au sport.
- Une *Stratégie de retour au sport* spécifique du votre sport est indiquée.
- Désigne le responsable de la mise en place et de la prise de décisions en ce qui concerne la gestion des commotions cérébrales.

#### ► Outil utile : Outil d'adaptation de la stratégie de retour à un sport spécifique

#### 6. SOINS MULTIDISCIPLINAIRES EN CAS DE COMMOTION CÉRÉBRALE

- Si un athlète ne se remet pas dans une période allant de quelques jours à quelques semaines suivant une commotion cérébrale, il est recommandé de consulter un médecin spécialisé dans les commotions cérébrales et ayant accès à une équipe soignante multidisciplinaire.
- Le médecin et l'équipe soignante doivent maintenir une communication permanente et régulière.
- Indique les modalités de mise en œuvre et de prise de décisions en ce qui concerne les soins multidisciplinaires en cas de commotion cérébrale.

## 7. RETOUR AU SPORT

- Aucun retour au sport n'est possible tant qu'un médecin ne l'a pas autorisé.
- Il convient de prendre en compte les particularités de votre sport.
- Indique les modalités de mise en œuvre et de prise de décisions en ce qui concerne le retour au sport.