

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.