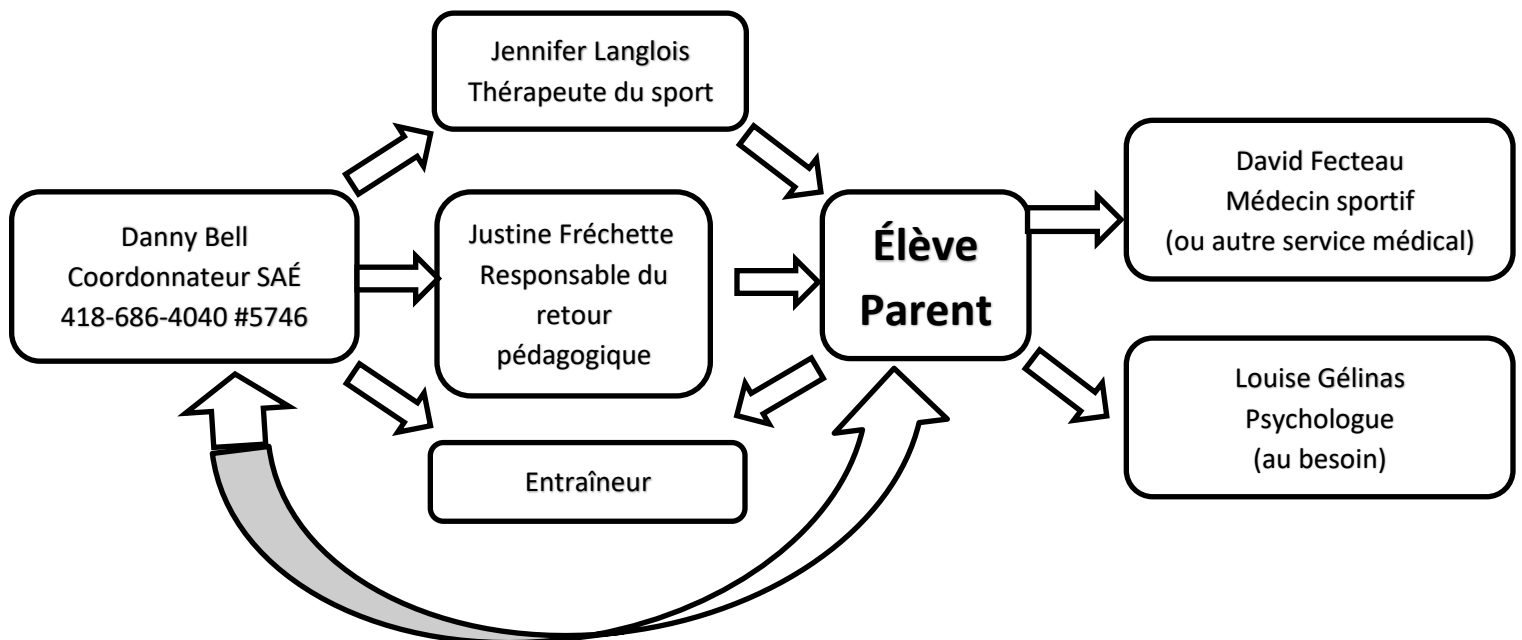


Protocole de prise en charge des commotions cérébrales

PRÉAMBULE :

- ❖ Les objectifs liés à l'implantation d'un protocole d'encadrement des commotions cérébrales sont les suivants :
 - Créer un environnement qui optimise l'identification des commotions cérébrales en impliquant toutes les personnes concernées incluant les athlètes, entraîneurs, enseignants, parents et professionnels de santé.
 - Optimiser la prise en charge de l'athlète souffrant d'une commotion cérébrale dans les volets sportif, académique, familial et personnel de sa vie sur la base des meilleures pratiques de soins et des ressources disponibles.
 - Structurer un accès à l'expertise et aux outils susceptibles de guider un retour graduel aux activités normales tout en limitant les risques de récurrence et de conséquences chroniques des commotions cérébrales.



DÉNÉGATION :

L'utilisation de ce protocole ou d'une adaptation de ce protocole n'engage aucunement la responsabilité de son auteur, car les normes et « meilleures pratiques » relatives à l'encadrement des commotions cérébrales évoluent constamment. Des professionnels qualifiés identifiés par chaque milieu et impliqués dans l'application des procédures identifiées dans la version finale d'un protocole médicalement supervisé et adopté par chaque milieu doivent s'assurer qu'ils respectent, dans la mesure des ressources disponibles, les « meilleures pratiques » en vigueur avant d'en approuver le contenu. Seuls des professionnels de santé qualifiés dans la gestion des commotions cérébrales devraient engager leur responsabilité dans des prises de décision concernant le retour au jeu suite à des commotions cérébrales.

Extrait du document du RSEQ

Le protocole d'encadrement des commotions cérébrales repose sur 3 étapes essentielles soit : prévenir, détecter et gérer. Voici comment l'école Cardinal-Roy prévoit intervenir lors des cas de commotions cérébrales.

Prévenir :

L'école met en place divers moyens pour sensibiliser les élèves, les parents et le personnel.

1. Le protocole de prise en charge sera présenté aux entraîneurs, par le responsable des sports de l'institution, lors d'une rencontre précédant le début de l'année scolaire.
2. Les entraîneurs devront signer le présent document, y confirmant ainsi en avoir pris connaissance et confirmant vouloir le respecter.
3. La formation aux élèves de la 1^{ère} secondaire et aux nouveaux élèves sera effectuée pendant la 1^{ère} étape de l'année. Lors de cette rencontre, un représentant de l'école expliquera le protocole de prise en charge, les conséquences possibles d'une commotion cérébrale, l'effet des commotions cérébrales répétées, et mettra sur l'importance de leur collaboration dans une prise en charge. L'école désire ainsi, établir une culture d'esprit sportif et de respect des règles.
4. Une rencontre pour les parents a lieu en début d'année afin de les sensibiliser sur les signes et symptômes des commotions cérébrales ainsi que les mesures à prendre pour accompagner l'élève au retour académique et à la pratique de sa discipline. Les parents absents seront invités à regarder une vidéo de sensibilisation. Sur le site Internet de l'école.
5. L'école Cardinal-Roy offre une formation aux entraîneurs pour savoir comment détecter une commotion cérébrale. Le responsable de la discipline devra s'assurer qu'au moins un entraîneur sur place a la formation lors des entraînements ou des compétitions. L'école incitera les entraîneurs à respecter les pratiques sécuritaires propre à leur discipline tel que recommandé par leur fédération sportive respective.
6. Les entraîneurs et les fédérations sportives sont responsables de mettre en place des moyens pour diminuer les contacts, d'avoir des installations sécuritaires et de faire respecter les règles de leur discipline sportive.

(un outil vous est proposé à l'Annexe 1)

7. L'école s'assurera que les enseignants d'éducation physique respectent les recommandations des pratiques sportives sécuritaires du MEES.

Détecter :

L'identification des commotions cérébrales est une affaire collective. Les entraîneurs, les parents, les enseignants, les coéquipiers, les spectateurs sont généralement des bons observateurs et ainsi peuvent détecter des signes et symptômes de la commotion cérébrale. **Présumer d'une commotion cérébrale est une démarche sécuritaire. Dans le doute, il faut retirer l'élève de l'activité physique.**

1. La prise en charge sur le terrain doit se faire par l'entraîneur, l'étudiant-soigneur, le physiothérapeute et ou le thérapeute du sport et/ou le médecin. Dans le cas où un professionnel de la santé n'est pas présent (pratique ou partie), l'entraîneur assume la responsabilité de prendre en charge l'athlète et se doit, s'il y a un doute de commotion :
 - a) Prendre les décisions nécessaires dans la prise en charge de la situation;
 - b) Retirer l'athlète du jeu immédiatement;
 - c) Ne permettre AUCUN retour au jeu à la partie ou à la pratique;

- d) Évaluer si une référence en milieu hospitalier est nécessaire rapidement;
 - e) Revérifier régulièrement l'état de l'athlète;
 - f) Demander de l'Assistance à l'équipe médicale hôte au besoin (partie à l'extérieur);
 - g) Donner les conseils d'usages à l'athlète pour son retour à la maison;
 - h) S'assurer que l'athlète respecte les recommandations;
 - i) Aviser les parents de l'incident ainsi que le coordonnateur SAÉ de l'école Cardinal-Roy.
2. Remplir un rapport d'incident (**Annexe 2**).
 3. Aviser le coordonnateur de l'école Cardinal-Roy afin qu'il lance le protocole de gestion des commotions cérébrales de l'établissement.
 4. L'entraîneur encouragera l'athlète à respecter les mesures mise en place par l'école relatives au repos mental et à la récupération cognitive. Elles seront applicables jusqu'à l'autorisation de retour à l'apprentissage et à l'entraînement régulier. À cette fin, l'école remettra à l'athlète les recommandations écrites.

***Le document « Outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale soupçonnée » ainsi que le document « Outil de dépistage des commotion cérébrales » sera à la disposition des intervenants sur le terrain. (**Annexe 4**)

Gérer :

1. Repos et retour à l'apprentissage :

- a) Rencontre avec le médecin de l'école, la thérapeute sportive ou le coordonnateur pour une évaluation primaire.
 - b) Remise d'un duo-tang d'information et de suivi des commotions cérébrales afin de diffuser le cheminement et l'évolution à tous les intervenants. (Enseignants, parents et entraîneurs)
 - c) Rencontre avec la tuteur-ressources pour la planification du retour à l'apprentissage.
 - d) Mise en place de la procédure du retour à l'apprentissage et du retour à l'activité sportive. (**voir Annexe 5**)
- ❖ Un suivi médical est recommandé si les symptômes durent plus de 10 jours après la commotion cérébrale. Dans ce cas, la procédure de retour à l'apprentissage, de retour à l'activité récréative et à l'activité sportive sera déterminée par le médecin.

2. Retour au jeu :

- a) Lorsque l'athlète sera complètement asymptomatique (sans aucune médication), tant au repos qu'à l'effort cognitif. Il débute le protocole de retour à l'activité sportive post-commotion. (Annexe 6)
- b) Si au cours de cette évaluation l'athlète est encore symptomatique, le retour aux pratiques avec risque de contact est contre-indiqué.
- c) Si l'athlète a eu un test de base et qu'il présente des résultats inférieurs à sa passation de base, le retour aux pratiques avec risque de contact est contre-indiqué. Sur la base des résultats obtenus, une recommandation sur le retour à l'entraînement régulier doit être formulée. Un entraînement régulier doit être effectué sans symptôme au minimum 24 heures avant le prochain événement sportif auquel l'athlète devrait participer.
- d) Si des symptômes réapparaissent à l'une des étapes de réhabilitation, aucune activité ne sera permise jusqu'à la disparition complète des symptômes pour une période de 24h. Par la suite, il faudra recommencer le processus de réhabilitation à l'étape précédent l'apparition de symptômes.

En résumé lors d'un incident :

1. Dans le doute retirer l'athlète du jeu et prodiguer les premiers soins.
2. Utiliser l'outil de dépistage (Annexe 4);
3. Remplir un rapport d'incident (Annexe 2);
4. Aviser les parents;
5. Aviser le coordonnateur de Cardinal-Roy afin qu'il mette en branle le protocole de gestion des commotions cérébrales de l'établissement;
6. Respecter le protocole de retour à l'apprentissage et aux activités sportives de l'école Cardinal-Roy.