

Politique sur les commotions cérébrales



25 mars 2020

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

I. Définitions

Les termes suivants ont la définition suivante dans la présente politique :

- *Activité* : toute activité de Judo Canada, des OPTS et des clubs affiliés;
- *Club affilié* : club ou dojo membre en règle selon les règlements et politiques de son OPTS;
- *Athlète* : membre inscrit d'âge mineur ou majeur qui participe à une activité;
- *Entraîneur* : membre inscrit qui enseigne les techniques de judo ou gère des activités de façon officielle;
- *Commotion cérébrale* : type de traumatisme crânien causé par un choc, un coup ou une secousse à la tête, au visage, au cou ou au corps qui cause une transmission du choc à la tête ou qui fait bouger rapidement la tête et le cerveau de l'avant à l'arrière ou d'un côté à l'autre et peut affecter la façon dont le cerveau fonctionne. Une commotion entraîne des symptômes qui peuvent être physiques (p. ex., maux de tête, étourdissement), cognitifs (p. ex., difficulté à se concentrer ou à se souvenir de quelque chose), émotionnels ou comportementaux (p. ex., dépression, irritabilité) ou liés au sommeil (p. ex., somnolence, sommeil de mauvaise qualité);
- *Ressources concernant les commotions* : informations ou matériel sur la prévention, la détection, le signalement et la gestion des commotions;
- *Diagnostic de commotion* : diagnostic clinique établi par un médecin ou une infirmière praticienne;
- *Protocole de gestion des commotions* : le guide complémentaire à la présente politique qui donne des renseignements sur la gestion des athlètes de judo qui souffrent d'une commotion liée au sport et contient les protocoles de retrait et de retour au sport de Judo Canada;
- *Outil de reconnaissance des commotions cérébrales* ou *CRT5* : dernière édition de l'outil d'évaluation des commotions créé par le Concussion in Sport Group en 2005. Le CRT5 est conçu pour aider les personnes sans formation médicale à reconnaître les symptômes de commotions cérébrales présumées liées au sport et offrir des conseils sur le retrait de l'athlète de l'activité sportive et l'obtention de soins médicaux.
- *Personne désignée* : personne désignée comme ayant l'autorité finale pour prendre la décision de retirer un athlète chez qui on suspecte une commotion de l'entraînement ou des compétitions;
- *Incluant* : incluant, sans toutefois s'y limiter;
- *Professionnel de la santé autorisé* : fournisseur de soins de santé autorisé par un organisme de réglementation professionnel national à fournir les services de santé en lien avec les commotions qui font partie de leur champ d'expertise. Par exemple, des médecins, des infirmières praticiennes, des physiothérapeutes, des thérapeutes sportifs et des chiropraticiens¹;
- *Évaluation médicale* : évaluation d'une personne par un professionnel de la santé autorisé afin de déterminer la présence ou l'absence d'une commotion cérébrale;
- *Membre* : toute organisation provinciale ou territoriale de sport enregistrée auprès de Judo Canada;
- *Mineur* : toute personne âgée de moins de 18 ans;
- *Officiels* : membre inscrit qui agit à titre d'arbitre ou de juge;
- *Parents* : parents ou tuteurs légaux d'un mineur;
- *Participant* : toute personne impliquée de façon rémunérée ou volontaire dans les activités de Judo Canada, de ses membres ou d'un club affilié;

¹ Au Canada, parmi les professionnels de la santé autorisés, seuls les médecins et les infirmières praticiennes sont qualifiés pour effectuer une évaluation médicale complète et établir un diagnostic de commotion cérébrale. Les médecins qualifiés pour effectuer cette évaluation sont les pédiatres, les médecins de famille, les médecins sportifs, les docteurs en médecine interne, les chirurgiens orthopédistes, les médecins urgentistes, les médecins spécialisés en réadaptation (physiatres), les neurologues et les neurochirurgiens.

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

- *Organisation provinciale ou territoriale de sport* : organisation provinciale ou territoriale membre responsable de gérer le judo dans les limites de sa province ou son territoire;
- *Membre inscrit* : club ou membre qui satisfait aux exigences d'inscription de Judo Canada ou d'une OPTS membre et qui a payé ses frais d'inscription;
- *Commotion liée au sport* : commotion cérébrale qui a lieu pendant une activité de judo.

II. Application

La présente politique s'applique à Judo Canada et ses membres, membres inscrits et participants. Elle s'applique en tout temps lors d'une activité, incluant les lieux de travail de Judo Canada, des OPTS ou des clubs affiliés ainsi que les endroits à l'extérieur du Canada et à l'étranger, et inclus également toutes les compétitions et activités sanctionnées par Judo Canada ou une OPTS.

La Politique reconnaît que les différentes juridictions à travers le Canada ont en place une législation qui régit la gestion des commotions cérébrales sur leur territoire. La législation gouvernementale a préséance sur la présente politique. Le non-respect de la politique et des protocoles contenus dans le protocole de gestion des commotions cérébrales peut entraîner des mesures disciplinaires conformes au Code de conduite de Judo Canada ou le l'OPTS concernée.

III. Objet

Le but de cette politique est d'offrir un cadre pour créer un environnement sportif sécuritaire et positif grâce à de l'éducation et des formations et en sensibilisant les membres, les membres inscrits et les participants de Judo Canada aux ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales spécifiques au judo qui peuvent aider à reconnaître et à gérer les commotions cérébrales.

IV. Renouvellement

La politique sera renouvelée annuellement et mise à jour au besoin afin de refléter les changements législatifs ou réglementaires ou les avancées médicales transmises par le Projet canadien d'harmonisation de protocole de commotion cérébrale (Parachute) et de la Collaboration canadienne sur les commotions cérébrales.

V. Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

Judo Canada, les OPTS et les clubs affiliés devront rendre les ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales suivantes disponibles sur leur site Web :

1. Politique sur les commotions cérébrales de Judo Canada ou de l'OPTS
2. Protocole de commotion cérébrale de Judo Canada incluant :
 - Reconnaissance des blessures à la tête (outil de reconnaissance des commotions cérébrales - CRT5)
 - Protocole de retrait du sport de Judo Canada
 - Protocoles de retour au sport de Judo Canada incluant, au besoin :
 - i. Environnement de club;
 - ii. Entraînement centralisé à court terme (p. ex., équipes provinciales)

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

- iii. Groupe d'entraînement à temps plein (p. ex., équipe nationale, centre national d'entraînement)

VI. Reconnaissance et signalement des commotions cérébrales

Tous les participants, incluant les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les parents, sont responsables de reconnaître et de signaler tous les cas d'athlètes qui présentent les symptômes visuels ou les comportements d'une commotion cérébrale présumée ou qui rapporte des symptômes concernant une commotion.

VII. Gouvernance

A. Responsabilités de Judo Canada

Judo Canada s'engage à :

1. Participer à des groupes de travail multidisciplinaires sur les commotions cérébrales liées au sport;
2. Élaborer et mettre à jour une politique sur les commotions cérébrales et des protocoles de gestion des commotions cérébrales, incluant les protocoles de retrait et de retour au sport;
3. Élaborer et mettre à jour un système de collecte et d'analyse des données concernant les commotions cérébrales ([Formulaire de signalement des commotions cérébrales de Judo Canada](#));
4. Tenir un registre des commotions cérébrales liées au sport pour les membres de l'équipe nationale comprenant les lettres d'autorisation médicale des athlètes;
5. En collaboration avec les OPTS, évaluer les changements concernant la fréquence des commotions cérébrales d'une saison à l'autre et, si possible, émettre des recommandations par rapport aux éléments qui placent les athlètes à un risque élevé de commotion cérébrale;
6. Élaborer ou partager des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes, les parents et autres participants;
7. Offrir des formations annuelles sur les commotions pour les membres, les entraîneurs, les officiels, les athlètes, les parents et autres participants lors de congrès, cliniques ou appels organisés par Judo Canada;
8. Recevoir et traiter les plaintes concernant les entorses à la politique et aux protocoles de gestion des commotions cérébrales de Judo Canada et, le cas échéant, déterminer la mesure disciplinaire appropriée.

B. Responsabilités des OPTS

Les OPTS s'engagent à :

1. Adopter la politique et les protocoles sur les commotions cérébrales de Judo Canada, qui peuvent contenir une annexe, le cas échéant, pour respecter les lois et règlements provinciaux ou territoriaux;
2. Compléter le [Formulaire de signalement des commotions cérébrales de Judo Canada](#);
3. Tenir un registre des commotions cérébrales liées au sport pour les équipes provinciales ou territoriales;
4. En collaboration avec Judo Canada et les autres OPTS, évaluer les changements concernant la fréquence des commotions cérébrales d'une saison à l'autre et, si possible, émettre des recommandations par rapport aux éléments qui placent les athlètes à un risque élevé de commotion cérébrale;
5. En collaboration avec Judo Canada et les autres OPTS, élaborer ou partager des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes et autres participants; et
6. Recevoir et traiter les plaintes concernant les entorses à la politique et aux protocoles de gestion des commotions cérébrales de Judo Canada et, le cas échéant, déterminer la mesure disciplinaire appropriée.

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

C. Responsabilités des clubs affiliés

Les clubs affiliés s'engagent à :

1. Adopter la politique et les protocoles sur les commotions cérébrales de Judo Canada, qui peuvent contenir une annexe de l'OPTS, le cas échéant, pour respecter les lois et règlements provinciaux ou territoriaux;
2. Signaler les cas de commotions cérébrales liées au sport présumées ou confirmées à l'OPTS en utilisant le [Formulaire de signalement des commotions cérébrales de Judo Canada](#);
3. Tenir un registre des commotions cérébrales liées au sport;
4. En collaboration avec Judo Canada et l'OPTS, évaluer les changements concernant la fréquence des commotions cérébrales d'une saison à l'autre et, si possible, émettre des recommandations par rapport aux éléments qui placent les athlètes à un risque élevé de commotion cérébrale;
5. En collaboration avec Judo Canada et l'OPTS, élaborer ou partager des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les athlètes et autres participants; et
6. Recevoir et traiter les plaintes concernant les entorses à la politique et aux protocoles de gestion des commotions cérébrales de Judo Canada et, le cas échéant, déterminer la mesure disciplinaire appropriée.

VIII. Protection

A. Responsabilités de Judo Canada

1. S'assurer que les compétitions de Judo Canada, les stages d'entraînement/cliniques et les activités de l'équipe nationale sont bien encadrés;
2. Nommer une personne désignée lors des compétitions de Judo Canada, des stages d'entraînement/cliniques et des activités de l'équipe nationale (p. ex., médecin en chef sur place ou arbitre en chef en compétition ou médecin en chef ou entraîneurs de l'équipe nationale lors des stages d'entraînement, des cliniques ou des activités de l'équipe nationale);
3. Conserver une copie du CRT5 dans le dojo à portée des entraîneurs lors des compétitions de Judo Canada, des stages d'entraînement, des cliniques et des activités de l'équipe nationale;
4. Appliquer le protocole de retour au sport de Judo Canada dans tous les cas de commotion cérébrale parmi les athlètes de l'équipe nationale et les athlètes à temps plein du centre national d'entraînement; et
5. Conserver un registre et des statistiques pour aider à identifier les éléments qui placent les athlètes de l'équipe nationale et les athlètes à temps plein du centre national d'entraînement à haut risque de commotion cérébrale.

B. Responsabilités des OPTS

1. S'assurer que les compétitions de l'OPTS, les stages d'entraînement/cliniques et les activités de l'équipe provinciale sont bien encadrés;
2. S'assurer que les entraîneurs connaissent leur responsabilité en vertu du protocole de commotion cérébrale de Judo Canada, incluant la reconnaissance, le signalement et la gestion des commotions cérébrales liées au sport;
3. Conserver une copie du CRT5 dans le dojo à portée des entraîneurs lors des compétitions de l'OPTS, des stages d'entraînement, des cliniques et des activités de l'équipe provinciale;
4. Appliquer le protocole de retour au sport de Judo Canada dans tous les cas de commotion cérébrale parmi les athlètes de l'équipe provinciale;

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

5. Conserver un registre et des statistiques pour aider à identifier les éléments qui placent les athlètes de l'équipe provinciale à haut risque de commotion cérébrale.

C. Responsabilités des clubs affiliés

1. S'assurer que toutes les activités du club sont bien encadrées;
2. S'assurer que les entraîneurs connaissent leur responsabilité en vertu du protocole de commotion cérébrale de Judo Canada, incluant la reconnaissance, le signalement et la gestion des commotions cérébrales liées au sport;
3. Conserver une copie du CRT5 dans le dojo à la portée des entraîneurs;
4. Appliquer le protocole de retour au sport de Judo Canada dans tous les cas de commotion cérébrale; et
5. Conserver un registre et des statistiques pour aider à identifier les éléments qui placent les athlètes à haut risque de commotion cérébrale.

IX. Personne désignée

La personne désignée est responsable de :

1. Retirer de l'entraînement ou de la compétition un athlète chez qui on suspecte une commotion cérébrale, conformément au protocole de retrait du sport de Judo Canada;
2. Appeler le 911 immédiatement en présence de signaux d'alarme (voir le CRT5);
3. Pour les mineurs et autres athlètes vulnérables, informer le parent du retrait de l'athlète et rester avec l'athlète jusqu'à l'arrivée du parent, d'un autre adulte de confiance ou des services d'urgence. Pour les athlètes de 18 ans et plus, la personne désignée doit communiquer avec le contact en cas d'urgence;
4. Aviser l'athlète ou le parent du besoin immédiat d'une évaluation médicale par un médecin ou une infirmière si les signaux d'alarme ne sont pas observés, mais que d'autres symptômes de commotion cérébrale sont rapportés ou observés et que l'athlète a été retiré de l'entraînement ou de la compétition;
5. Donner une copie des protocoles de retrait du sport et de retour au sport de Judo Canada à l'athlète ou, en cas d'athlète mineur, à son parent lorsque l'athlète est retiré de l'entraînement ou de la compétition;
6. S'assurer que l'autorisation médicale d'un médecin ou d'une infirmière praticienne est obtenue avant de permettre à l'athlète de retourner à l'entraînement ou à la compétition, conformément au protocole de retour au sport de Judo Canada; et
7. S'assurer que le protocole de retour au sport de Judo Canada est appliqué dans tous les cas de commotion cérébrale.

Au besoin, la personne désignée peut déléguer les responsabilités ci-dessus à une autre personne désignée qualifiée. La décision finale de retirer un athlète chez qui on suspecte une commotion cérébrale reste la responsabilité de la personne désignée.

Approuvé par le conseil d'administration le 25 mars 2020.

<https://cattonline.com/wp-content/uploads/2019/09/RecognitionTool5-FR1.pdf>

Outil de reconnaissance des commotions cérébrales ©

Pour faciliter le dépistage des commotions cérébrales chez les enfants, les adolescents et les adultes



FIFA®

Avec l'appui de



FEI

RECONNAÎTRE ET RETIRER

Un impact à la tête peut engendrer une lésion cérébrale grave et potentiellement mortelle. L'outil de reconnaissance des commotions cérébrales 5 (CRT5) sert au dépistage des commotions cérébrales présumées. Il n'est pas conçu pour établir un diagnostic de commotion cérébrale.

ÉTAPE 1 : SIGNAUX D'ALARME — APPELÉZ UNE AMBULANCE

Devant toute inquiétude à la suite d'une blessure, y compris si L'UN OU L'AUTRE des signaux suivants sont observés ou si des plaintes sont soulevées, le joueur doit immédiatement être retiré du jeu, du match ou de l'activité de manière sécuritaire. S'il n'y a aucun professionnel de la santé sur place, appelez une ambulance pour une évaluation médicale d'urgence.

- Douleur ou sensibilité au cou
- Vision double
- Faiblesse ou sensation de fourmillement ou de brûlement dans les bras ou les jambes
- Maux de tête sévères ou s'intensifiant
- Crise épileptique ou convulsions
- Perte de conscience
- Détérioration de l'état de conscience
- Vomissements
- Agitation ou agressivité croissante

- N'oubliez pas :
- Les principes de base des premiers soins (danger, réponse, voies respiratoires, respiration, circulation) doivent être respectés.
 - Évitez de déplacer l'athlète (hormis les mouvements nécessaires pour la gestion des voies respiratoires) si vous n'êtes pas formé pour le faire.
 - L'examen pour déceler la présence d'une blessure à la moelle épinière est un aspect essentiel de l'évaluation initiale sur place.
 - Ne retirez pas un casque ou tout autre équipement si vous n'êtes pas formé pour le faire de manière sécuritaire.

ÉTAPE 2 : SIGNES VISIBLES

Voici certains indices visuels pouvant indiquer une commotion cérébrale :

- Couché de façon immobile sur la surface de jeu
- Lent à se relever après un impact direct ou indirect à la tête
- Désorientation ou confusion ou réponses inadéquates aux questions
- Regard ou expression vides
- Problème d'équilibre, démarche difficile, incoordination motrice, trébuchement, mouvements lents et laborieux
- Blessure au visage à la suite d'un impact à la tête

© Concussion in Sport Group 2017

© Concussion in Sport Group 2017

ÉTAPE 3 : SYMPTÔMES

- Mal de tête
- « Pression dans le crâne »
- Problèmes d'équilibre
- Nausées ou vomissements
- Somnolence
- Étourdissements
- Vision brouillée
- Sensibilité à la lumière
- Sensibilité au bruit
- Fatigue ou manque d'énergie
- Sensation de « ne pas être dans son assiette »
- Émotivité accrue
- Irritabilité accrue
- Tristesse
- Nervosité ou anxiété
- Douleur au cou
- Problèmes de concentration
- Problèmes de mémoire
- Sensation d'être au ralenti
- Sensation d'être « dans le brouillard »

ÉTAPE 4 : ÉVALUATION DE LA MÉMOIRE

(CHEZ LES ATHLÈTES DE PLUS DE 12 ANS)

- Une incapacité à répondre correctement à l'une ou l'autre de ces questions (adaptées au sport donné) indique une commotion cérébrale potentielle
- Dans quel stade sommes-nous aujourd'hui?
- À quelle mi-temps sommes-nous?
- Qui a marqué en dernier dans ce match?
- Contre quelle équipe avez-vous joué la semaine dernière ou au dernier match?
- Votre équipe a-t-elle gagné le dernier match?

Les athlètes ayant potentiellement subi une commotion doivent éviter :

- d'être laissés seuls initialement (pendant au moins les deux premières heures);
- de consommer de l'alcool;
- de consommer des drogues à des fins récréatives ou des médicaments d'ordonnance;
- de rentrer chez eux par eux-mêmes; ils doivent être accompagnés par un adulte responsable;
- de conduire un véhicule avant d'avoir reçu l'autorisation de le faire d'un professionnel de la santé.

Cet outil peut être copié librement sous sa forme actuelle afin d'être distribué à des personnes, à des équipes, à des groupes ou à des organisations. Toute révision ou reproduction sous forme numérique nécessite l'approbation du Concussion in Sport Group. Il ne doit pas être modifié, renommé ni vendu à des fins commerciales.

POLITIQUE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Annexe 2 — Législation et règlements spéciaux des OPTS

Ajouter des renseignements supplémentaires au besoin pour être conforme à la législation et aux règlements provinciaux et territoriaux.