

Titre de la politique	Politique sur les commotions cérébrales de NAC		
Adopté	Date d'entrée en vigueur le 1er septembre 2019		
Version actuelle approuvée par le conseil d'administration	sept 2024	Pages: 9	

I. Définitions

Les termes suivants ont le sens défini ci-dessous dans la présente politique:

- "Activité" signifie toutes les activités de NAC, du OPTS et des clubs affiliés;
- "Athlète" désigne toute personne mineure ou adulte inscrite qui participe à une activité;
- "NAC" fait référence à Natation Artistique Canada;
- "Entraîneur" désigne toute personne inscrite qui enseigne régulièrement des figures ou des routines, y compris l'instructeur, qui est un entraîneur d'un niveau spécifique qui enseigne ALLEZ à l'Eau! ou tout autre programme récréatif;
- "Commotion cérébrale" désigne un type de traumatisme crânien causé par une bosse, un coup ou un choc à la tête, au visage, au cou ou au corps, qui entraîne un mouvement rapide de la tête et du cerveau et peut modifier le fonctionnement normal du cerveau, entraînant des signes ou des symptômes qui peuvent être physiques (p. ex. maux de tête, vertiges), cognitifs (p. ex. difficultés de concentration ou de mémoire), émotionnels ou de comportement (p. ex. dépression, irritabilité) ou associés au sommeil (p. ex. somnolence, mauvaise qualité du sommeil);
- "Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales" renvoient à de l'information ou à de la documentation sur la prévention, la détection, la déclaration et la prise en charge des commotions cérébrales;
- "Diagnostic de commotion cérébrale" désigne un diagnostic clinique posé par un médecin ou infirmier(ère);
- "Protocole de gestion des commotions cérébrales" désigne le document d'accompagnement de la présente politique qui aide à informer et à guider la gestion des athlètes de natation artistique en cas de commotion liée au sport et comprend les protocoles de retrait du sport et de retour au sport de NAC;
- "Outil de reconnaissance des commotions cérébrales 6" ou "CRT6" est la plus récente révision de l'outil d'évaluation des commotions cérébrales sportives qui a été introduit par le Groupe des commotions cérébrales dans le sport en 2005. Le CRT6 est conçu pour aider les personnes non médicalement formées à reconnaître les signes et symptômes d'une éventuelle commotion cérébrale liée au sport et fournit des conseils pour retirer un athlète du sport et obtenir des soins médicaux.
- "Personne désignée" désigne la personne à qui l'on a confié le pouvoir décisionnel final de retirer un athlète soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale à la suite d'un entraînement ou d'une compétition;
- "Incluant" signifie y compris, mais sans s'y limiter;

- "Professionnel de la santé autorisé" désigne un fournisseur de soins de santé qui est autorisé par un organisme de réglementation national-professionnel à fournir des services de soins de santé liés aux commotions cérébrales qui sont visés par la portée de sa pratique autorisée. Les médecins, les infirmiers(ères), les physiothérapeutes, les thérapeutes du sport et les chiropraticiens en sont des exemples;
- "Évaluation médicale" désigne l'évaluation d'une personne par un professionnel de la santé autorisé afin de déterminer la présence ou l'absence d'une commotion cérébrale.
- "Membre" désigne tout organisme provincial ou territorial de sport enregistré auprès de NAC;
- "Mineur" désigne de toute personne n'ayant pas atteint l'âge de la majorité dans sa province de résidence. ;
- "Officiels" désigne tous les juges inscrits, y compris les juges de pratique, les arbitres et les marqueurs;
- "Parents" désigne les parents ou tuteurs de mineurs;
- "Participants" désigne toutes les personnes engagées à titre rémunéré ou bénévole auprès de NAC, de ses membres ou de ses clubs affiliés;
- "OPTS ou organisme provincial ou territorial de sport" désigne un organisme provincial ou territorial membre qui est responsable de la gestion de la natation artistique dans sa province ou son territoire;
- "Membre inscrit" signifie tout club ou individu qui a rempli les conditions d'inscription requises par NAC et qui a payé les frais d'inscription associés à NAC. Une liste complète des catégories de personnes inscrites se trouve dans les Règlements administratifs de NAC et dans la Politique d'inscription de NAC qui s'y rapporte; et
- "Commotion cérébrale liée au sport" est une commotion cérébrale subie lors d'une activité de natation artistique.

II. Application

La présente politique s'applique à NAC et à ses membres, membres inscrits et participants. Elle s'applique en tout temps où se déroule une activité, y compris dans les lieux de travail de NAC, de l'OPTS ou des clubs affiliés ainsi qu'à l'extérieur du Canada et à l'étranger et comprend tous les événements et activités autorisés par NAC ou l'OPTS.

Cette politique reconnaît que les provinces et territoires du Canada ont des lois qui régissent la prise en charge des commotions cérébrales sur leur territoire. La législation gouvernementale peut l'emporter sur certains aspects de la politique. Le non-respect de la présente politique et des protocoles contenus dans le protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC peut entraîner des mesures disciplinaires conformément à la politique de conduite de NAC ou aux politiques de conduite de l'OPTS si applicable.

III. But

La présente politique a pour but de fournir un cadre pour créer un environnement sportif sécuritaire et positif par l'éducation et l'entraînement et en sensibilisant les membres, les membres inscrits et les

participants de NAC aux ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales propres à la natation artistique afin de les aider à reconnaître et à gérer une blessure par commotion.

IV. Renouvellement

La présente politique sera révisée chaque année et mise à jour, au besoin, pour tenir compte des développements législatifs ou réglementaires ou de toute nouvelle avancée médicale communiquée par le Projet canadien d'harmonisation des protocoles sur les commotions cérébrales (parachute) et le Groupe de collaboration canadien sur les commotions cérébrales, ou en référence à ceux-ci.

V. Ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales

NAC, les OPTS et les clubs affiliés mettront les ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales suivantes à la disposition du public sur leur site Internet:

1. Politique sur les commotions cérébrales de NAC ou de l'OPTS
2. Protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC, incluant:
 - Liste de vérification du protocole canadien harmonisé sur les commotions cérébrales dans le sport
 - Reconnaissance des traumatismes crâniens (Outil de reconnaissance des commotions cérébrales - CRT6)
3. Évaluation médicale incluant :
 - Outil d'évaluation des commotions cérébrales dans le sport (SCAT 6)
 - Outil d'évaluation des commotions cérébrales dans le sport (Enfant SCAT 6)
4. Protocole de retrait du sport de NAC
5. Protocoles de retour au sport de NAC, y compris, le cas échéant:
 - Environnement du club
 - Entraînement centralisé à court terme (p. ex. équipes nationales ou provinciales)
 - Groupe d'entraînement à temps plein (p. ex., équipe nationale sénior).

VI. Reconnaissance et déclaration des commotions cérébrales

Tous les participants, y compris les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les parents, ont la responsabilité de reconnaître et de signaler tout athlète qui démontre l'un ou l'autre des signes visuels ou comportements d'une commotion cérébrale soupçonnée ou qui signale des symptômes liés à une commotion cérébrale. Les blessures liées aux commotions cérébrales seront signalées à l'OPTS par le formulaire de rapport d'incident/blessure ou directement à la NAC à l'adresse suivante :

https://synchro.formstack.com/forms/injury_tracker

Natation Artistique Canada présentera chaque année un rapport sur les incidents de commotion lors de l'assemblée annuelle des membres.

VII. Gouvernance

A. Responsabilités de NAC

NAC est responsable de:

1. Participer à des groupes de travail multidisciplinaires sur les commotions cérébrales liées au sport;
2. Un groupe de travail sur la conformité doit être constitué afin de compiler.
3. Élaborer et tenir à jour une politique sur les commotions cérébrales et les protocoles connexes de prise en charge des commotions, y compris les protocoles de retrait du sport et de retour au sport;
4. Élaborer et maintenir un système de collecte et d'analyse des données sur les blessures par commotion cérébrale;
5. Tenir à jour les dossiers des commotions cérébrales liées au sport pour les équipes nationales, incluant les lettres d'autorisation médicale pour les athlètes;
6. En collaboration avec les OPTS, évaluer les changements dans les taux de commotions cérébrales au fil des saisons et identifier et, si possible, faire des recommandations concernant l'entraînement ou les éléments de routine qui exposent les athlètes à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale;
7. Élaborer ou communiquer des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les autres participants;
8. Offrir une formation annuelle sur les commotions cérébrales aux membres, entraîneurs, officiels, athlètes et autres participants dans le cadre de conférences, cliniques ou appels organisés par NAC; et
9. Recevoir et enquêter sur les plaintes relatives à toute violation de la politique sur les commotions cérébrales et du protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC et, s'il y a lieu, déterminer une mesure disciplinaire appropriée.

B. Responsabilités des OPTS

L'OPTS est responsable de:

1. Adopter la politique de NAC sur les commotions cérébrales et les protocoles connexes, qui peuvent comprendre une annexe, au besoin, pour se conformer aux lois et règlements provinciaux ou territoriaux;
2. Présenter un rapport annuel à NAC sur les commotions cérébrales liées au sport;
3. Tenir un registre des commotions cérébrales liées au sport pour les équipes provinciales ou territoriales;
4. En collaboration avec NAC et d'autres OPTS, évaluer les changements dans les taux de commotions cérébrales au fil des saisons et identifier et, si possible, faire des recommandations concernant les éléments d'entraînement ou de routine qui exposent les athlètes à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale;

5. En collaboration avec NAC et d'autres OPTS, élaborer ou communiquer des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les autres participants; et
6. Recevoir et enquêter sur les plaintes relatives à toute violation de la politique sur les commotions cérébrales et du protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC et, s'il y a lieu, déterminer une mesure disciplinaire appropriée.

C. Responsabilités des clubs affiliés

Les clubs affiliés sont responsables de:

1. Adopter la politique de NAC sur les commotions cérébrales et les protocoles connexes, qui peuvent inclure une annexe de l'OPTS, s'il y a lieu, pour se conformer aux lois et règlements provinciaux ou territoriaux;
2. Signaler à l'OPTS tous les cas soupçonnés ou confirmés de commotions cérébrales liées au sport en utilisant le système prescrit pour la collecte de données sur les blessures par commotion cérébrale;
3. Tenir un registre des commotions cérébrales liées au sport;
4. En collaboration avec NAC et d'autres OPTS, évaluer les changements dans les taux de commotions cérébrales au fil des saisons et identifier et, si possible, faire des recommandations concernant les éléments d'entraînement ou de routine qui exposent les athlètes à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale;
5. En collaboration avec NAC et d'autres OPTS, élaborer ou communiquer des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les autres participants; et
6. Recevoir et enquêter sur les plaintes relatives à toute violation de la politique sur les commotions cérébrales et du protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC et, s'il y a lieu, déterminer une mesure disciplinaire appropriée.

VIII. Sécurisation

A. Responsabilités de NAC

1. S'assurer que toutes les compétitions et tous les camps d'entraînement organisés par NAC, les processus de sélection et d'évaluation et les activités de l'équipe nationale sont bien supervisés, y compris par des sauveteurs certifiés dans les milieux aquatiques conformément aux exigences municipales ou aux installations;
2. Identifier la personne désignée pour toutes les compétitions organisées par NAC, les processus de sélection et d'évaluation et les équipes (p. ex. le responsable médical de l'événement sur place ou l'arbitre en chef des compétitions ou le responsable médical de l'équipe ou l'entraîneur-chef des équipes nationales);

3. Conserver une copie du CRT6 sur le bord de la piscine et mettre à la disposition des entraîneurs à toutes les compétitions organisées par NAC, aux processus de sélection et d'évaluation et aux activités de l'équipe nationale;
4. Mettre en œuvre le protocole de retour au sport de NAC pour tous les cas de blessures par commotion cérébrale chez les athlètes de l'équipe nationale; et
5. Tenir des dossiers et des statistiques pour aider à identifier les éléments d'entraînement ou de routine qui exposent les athlètes de l'équipe nationale à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale.

B. Responsabilités de l'OPTS

1. S'assurer que toutes les compétitions et tous les camps d'entraînement organisés par l'OPTS, les processus de sélection et d'évaluation et les activités des équipes provinciales sont supervisés adéquatement, y compris par des sauveteurs certifiés dans les milieux aquatiques conformément aux exigences municipales et aux installations;
2. Conserver une copie du CRT6 sur le bord de la piscine et mettre à la disposition des entraîneurs à toutes les compétitions organisées par l'OPTS, aux processus de sélection et d'évaluation et aux activités des équipes provinciales;
3. Mettre en œuvre le protocole de retour au sport de NAC pour tous les cas de blessures par commotion cérébrale chez les athlètes de l'équipe provinciale; et
4. Tenir des dossiers et des statistiques pour aider à identifier les éléments d'entraînement ou de routine qui exposent les athlètes de l'équipe provinciale à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale.

C. Responsabilités des clubs affiliés

1. S'assurer que toutes les activités du club sont bien supervisées, y compris par des sauveteurs certifiés dans les milieux aquatiques, conformément aux exigences municipales ou des installations;
2. S'assurer que les entraîneurs connaissent leurs responsabilités en vertu du protocole de gestion des commotions cérébrales de NAC, y compris la façon de reconnaître, de signaler et de gérer une blessure par commotion cérébrale liée au sport;
3. Conserver une copie du CRT6 sur le bord de la piscine et mettre à la disposition des entraîneurs;
4. Mettre en œuvre le protocole de retour au sport de NAC pour tous les cas de commotions cérébrales; et
5. Tenir des dossiers et des statistiques pour aider à identifier les éléments d'entraînement ou de routine qui exposent les athlètes à un risque élevé de blessure par commotion cérébrale.

IX. Personne désignée

La personne désignée est responsable de:

1. Renvoyer un athlète soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale à la suite d'un entraînement, d'une pratique ou d'une compétition, conformément au protocole de renvoi du sport de NAC;
2. Composer le 911 immédiatement si des symptômes urgents sont présents (voir CRT5);
3. Pour les mineurs ou autres sportifs vulnérables, informer le parent du renvoi et rester avec l'athlète jusqu'à ce qu'il soit renvoyé à un parent ou à un autre adulte de confiance ou un secouriste. Pour les athlètes de plus de 18 ans, la personne désignée devrait communiquer avec sa personne-ressource en cas d'urgence;
4. Communiquer à l'athlète ou au parent de l'athlète la nécessité d'une évaluation médicale immédiate par un médecin ou un(e) infirmier(ère) lorsque les symptômes urgents ne sont pas présents mais que d'autres symptômes de commotion sont signalés ou observés et que l'athlète a été retiré de l'entraînement, de la pratique ou des compétitions ultérieures;
5. Fournir à l'athlète ou, dans le cas d'un athlète mineur, à ses parents, une copie du protocole de retrait du sport et du protocole de retour au sport de NAC lorsque l'athlète est retiré de l'entraînement, de la pratique ou de la compétition.
6. S'assurer que l'autorisation médicale est fournie par un médecin ou un(e) infirmier(ère) avant de permettre à l'athlète de retourner à l'entraînement, à la pratique ou à la compétition, conformément au protocole de retour au sport de NAC; et
7. S'assurer que le protocole de retour au sport de NAC est mis en œuvre pour tous les cas de commotion cérébrale.

La personne désignée peut déléguer l'une ou l'autre des responsabilités ci-dessus à une autre personne désignée qualifiée, si nécessaire. Le pouvoir décisionnel final de renvoyer un athlète soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale revient à la personne désignée.

Natation Artistique Canada (NAC) reconnaît que la participation à tout sport ou activité physique comporte certains risques inhérents de blessures à la tête et de commotions cérébrales. Natation Artistique Canada s'engage pleinement à protéger la santé et la sécurité de ses membres et reconnaît que les conséquences à court et à long terme des commotions cérébrales constituent un enjeu important de santé publique.

Cette politique a été élaborée à partir des ressources de SIRC et de Parachute.

Annexe 1 – CRT6

<https://cdn.aqmse.org/files/2024/10/17134809/outil-de-reconnaissance-commotions-cerebrales.pdf>

CRT6™

OUTIL DE RECONNAISSANCE DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Pour aider à détecter une commotion cérébrale chez les enfants, les adolescents et les adultes.



Qu'est-ce que l'outil de reconnaissance des commotions cérébrales?

Une commotion cérébrale est une blessure au cerveau. La sixième édition de l'outil de reconnaissance des commotions cérébrales (CRT6) est conçue pour être utilisée par des personnes sans formation médicale pour aider à la reconnaissance et la gestion immédiate d'une possible commotion cérébrale. Le CRT6 n'est pas conçu pour diagnostiquer une commotion cérébrale.

Reconnaissance et Retrait du jeu

Signaux d'alarme: APPELER UNE AMBULANCE

Si **AU MOINS UN** des signaux d'alarme suivants est observé ou si des plaintes sont rapportées après un impact à la tête ou au corps, l'athlète doit être immédiatement retiré du jeu ou de l'activité et transporté pour recevoir des soins médicaux d'urgence par un professionnel de la santé.

- Douleur ou sensibilité au cou
- Crise d'épilepsie ou convulsion
- Perte de vision ou vision double
- Perte de connaissance
- Augmentation de confusion ou détérioration de l'état de conscience (de moins en moins réactif, somnolent)
- Faiblesse, picotement ou sensation de brûlure dans plus d'un bras ou d'une jambe;
- Vomissements répétés
- Maux de tête sévères ou s'intensifiant
- Agitation, agressivité ou combativité grandissantes
- Déformation visible du crâne

N'oubliez pas

- Dans tous les cas, les principes de base des premiers soins doivent être respectés: évaluer les dangers sur place, vérifier les voies respiratoires, la respiration, la circulation; chercher une diminution de conscience de son environnement, une lenteur ou une difficulté à répondre aux questions.
- Ne pas déplacer l'athlète (sauf pour maintenir les voies respiratoires) à moins d'avoir reçu une formation à cet effet.
- Ne pas retirer le casque (si présent) ou tout autre équipement.
- Dans tous les cas d'une blessure à la tête, supposer une possible blessure sévère au cou.
- Les athlètes présentant un handicap physique ou un retard de développement connus devraient bénéficier d'un seuil plus bas pour être retirés du jeu.

En l'absence de signaux d'alarme, l'identification d'une possible commotion cérébrale doit se faire de la manière suivante:

Une commotion cérébrale doit être suspectée après un impact à la tête ou au corps lorsque l'athlète semble être différent de son état habituel. Ces changements incluent la présence **d'un ou de plusieurs** signes suivants: signes visibles de commotion cérébrale, signes et symptômes (tels que maux de tête ou trouble d'équilibre), trouble des fonctions cognitives (par exemple, confusion) ou un comportement inhabituel.

Le CRT6 peut être copié sous sa forme actuelle et distribué à des individus, des équipes, des groupes et des organisations. Toute modification (y compris les traductions et le reformatage numérique), le changement de marque ou la vente à des fins commerciales ne sont pas autorisés sans l'autorisation écrite expresse du BMJ.



International Olympic Committee



FEI



FIFA



IUPAC



WORLD RUGBY

Développé par: Concussion in Sport Group (CISG)

Supporté par:

CRT6™



1. Signes visibles d'une possible commotion cérébrale

Les signes visibles d'une possible commotion cérébrale incluent:

- Perte de connaissance ou manque de réactivité;
- Rester couché-e immobile sur le terrain;
- Chute sans protection sur le terrain;
- Désorientation ou confusion, regard fixe ou une réactivité limitée, ou une incapacité à répondre adéquatement aux questions;
- Regard hébété, vide ou sans expression;
- Crises d'épilepsie ou convulsions;
- Lenteur à se relever après un coup direct ou indirect à la tête;
- Instable sur ses pieds / problèmes d'équilibre, fait des chutes / mauvaise coordination;
- Blessure au visage

2. Symptômes d'une possible commotion cérébrale

Symptômes physiques	Changements d'humeur
Maux de tête	Émotivité accrue
«Pression dans la tête»	Irritabilité accrue
Trouble de l'équilibre	Tristesse
Nausée ou vomissements	Nervosité ou anxiété
Somnolence	Changements cognitifs
Étourdissements	Problème de concentration
Vision trouble	Problème de mémoire
Sensibilité à la lumière	Sensation d'être au ralenti
Sensibilité au bruit	Sensation d'être «dans un brouillard»
Fatigue ou peu d'énergie	
Sensation de «ne pas être dans son assiette»	
Douleur au cou	

3. Évaluation de la mémoire

(Modifier chaque question en fonction du sport et de l'âge de l'athlète)

L'incapacité de répondre correctement à l'une de ces questions peut suggérer une commotion cérébrale:

- «Où sommes-nous aujourd'hui?»
- «À quel événement participiez-vous?»
- «Qui a marqué le dernier but de ce match?»
- «Contre quelle équipe avez-vous joué la semaine dernière /le dernier match?»
- «Votre équipe a-t-elle gagné le dernier match?»

Tout athlète présentant une possible commotion cérébrale doit être - IMMÉDIATEMENT RETIRÉ DE LA PRATIQUE OU DU JEU ET NE DOIT PAS RETOURNER À TOUTE ACTIVITÉ COMPORTANT UN RISQUE DE CONTACT À LA TÊTE, DE CHUTE OU DE COLLISION, incluant DES ACTIVITÉS SPORTIVES jusqu'à ce que l'athlète soit ÉVALUÉ MÉDICALEMENT, même si les symptômes disparaissent.

L'athlète présentant une possible commotion cérébrale **NE DOIT PAS** :

- Être seul-e (au moins pendant les 3 premières heures). L'aggravation des symptômes doit conduire à une prise en charge médicale immédiate.
- Être retourné-e chez soi sans accompagnement. L'athlète doit être en présence d'un adulte responsable;
- Consommer de l'alcool, des drogues à usage récréatif ou des médicaments non prescrits par un professionnel de la santé;
- Conduire un véhicule motorisé jusqu'à ce qu'un professionnel de la santé l'autorise à le faire

Le processus de traduction en français du CRT6 a été effectué par : Clara A. Soligon, Michèle Garant, Pierre Frémont, Miriam Beauchamp, Suzanne Leduc. Cet outil a été élaboré par un comité international d'experts dans le cadre de la 6e conférence de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport qui a eu lieu à Amsterdam aux Pays-Bas en octobre 2022. Les détails complets sur les conclusions de la conférence et les auteurs de l'outil ont été publiés dans le British Journal of Sport Medicine 2023, Volume 57, Numéro 11.