

Titre de la politique	Politique sur les commotions cérébrales de NAC		
Adopté	Date d'entrée en vigueur le 1er septembre 2019 (sauf indication contraire)		
Version actuelle approuvée par le conseil d'administration	17 juin 2019	Pages: 8	

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 5" ou "CRT5" 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 CRT5 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 toute personne âgée de moins de 18 ans ;
- "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. Renouveau

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:
 - Reconnaissance des traumatismes crâniens (Outil de reconnaissance des commotions cérébrales - CRT5)
 - Protocole de retrait du sport de NAC
 - 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.

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. 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;

3. Élaborer et maintenir un système de collecte et d'analyse des données sur les blessures par commotion cérébrale;
4. Tenir à jour les dossiers des commotions cérébrales liées au sport pour les équipes nationales, incluant les lettres d'autorisation médicale pour les athlètes;
5. 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;
6. Élaborer ou communiquer des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales pour les entraîneurs, les officiels, les athlètes et les autres participants;
7. 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
8. 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.

Date d'entrée en vigueur pour B. 2. à 5. est le 1er septembre 2020.

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.

Date d'entrée en vigueur pour C. 2. à 5. est le 1er septembre 2020.

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 CRT5 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 CRT5 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 CRT5 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.

Annexe 1 – CRT5

http://www.parachutecanada.org/telechargez/ressources/pocket_CAC-9455C-13_Pocket_Tool_FR_FINAL.pdf

OUTIL DE DÉPISTAGE DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES de poche

Pour identifier plus facilement les commotions chez les enfants, les adolescents et les adultes



RECONNAÎTRE ET RETIRER DU JEU

Il peut s'agir d'une commotion cérébrale si vous observez un ou plusieurs des indices visibles, des signes, des symptômes ou des erreurs aux questions visant à tester la mémoire énumérés ci-dessous.

1. Indices visibles pouvant signaler une commotion

La présence d'un ou de plusieurs des indices visuels ci-après peut laisser croire que la personne a une commotion :

- Perdre conscience ou ne pas réagir.
- Rester immobile sur le sol/mettre du temps à se relever.
- Avoir une démarche instable/avoir des problèmes d'équilibre ou tomber/manquer de coordination.
- Se prendre/s'empoigner la tête.
- Avoir un regard hébété, vide ou sans expression.
- Être confus/ne pas être conscient du jeu ou des événements.

2. Signes et symptômes pouvant signaler une commotion

La personne a peut-être une commotion si vous observez un ou plusieurs des signes et symptômes suivants :

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Perte de conscience- Crise épileptique ou convulsions- Problèmes d'équilibre- Nausée ou vomissement- Somnolence- Émotivité accrue- Irritabilité- Tristesse- Fatigue ou manque d'énergie- Nervosité ou anxiété- Sentiment de «ne pas être comme d'habitude»- Difficulté à se souvenir | <ul style="list-style-type: none">- Maux de tête- Étourdissements- Confusion- Sentiment d'être «au ralenti»- «Pression dans la tête»- Vision trouble- Sensibilité à la lumière- Amnésie- Sentiment d'être «dans le brouillard»- Douleur au cou- Sensibilité au bruit- Difficulté à se concentrer |
|---|---|

© 2013 Concussion in Sport Group

3. Test de mémoire

Si la personne est incapable de répondre correctement à l'une de ces questions, elle peut souffrir d'une commotion.

- «Dans quel site sommes-nous aujourd'hui?»
- «Dans quelle demie sommes-nous?»
- «Qui a compté le dernier but durant ce match?»
- «Contre quelle équipe avez-vous joué la semaine dernière/la dernière fois?»
- «Est-ce que votre équipe a gagné le dernier match?»

Tout athlète que l'on soupçonne d'avoir une commotion devrait IMMÉDIATEMENT ÊTRE RETIRÉ DU JEU et ne devrait pas reprendre l'activité avant d'avoir subi un examen médical. Si vous croyez qu'un athlète est victime d'une commotion, il ne doit pas rester seul ni conduire un véhicule à moteur.

Dès que vous soupçonnez la présence d'une commotion, il est recommandé que le joueur consulte un professionnel de la santé afin d'obtenir un diagnostic et des conseils de même qu'une confirmation de sa capacité à revenir au jeu, et ce même si les symptômes disparaissent.

SIGNAUX D'ALERTE

Si vous observez N'IMPORTE LEQUEL des signaux ci-dessous, le joueur devrait immédiatement être évacué du terrain de façon sécuritaire. Si un professionnel de la santé qualifié ne se trouve pas sur place, envisagez un transport en ambulance afin d'obtenir un avis médical d'urgence :

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Athlète qui se plaint d'une douleur au cou- Confusion ou irritabilité accrues- Vomissements répétés- Crise épileptique ou convulsions- Faiblesse ou picotements/sensation de brûlure aux bras ou aux jambes | <ul style="list-style-type: none">- Détérioration de l'état de conscience- Mal de tête intense ou qui s'aggrave- Changement inhabituel dans le comportement- Double vision |
|---|---|

N'oubliez pas :

- Dans tous les cas, appliquez les principes de base du secourisme (danger, réaction, voies respiratoires, respiration, circulation).
- N'essayez pas de déplacer le joueur (sauf ce qui est requis pour dégager les voies respiratoires) à moins d'avoir suivi une formation appropriée.
- N'essayez pas de retirer le casque (le cas échéant) à moins d'avoir suivi une formation appropriée.

Tiré de McCrory et coll., «Consensus Statement on Concussion in Sport». British Journal of Sports Medicine, 47 (5), 2013.

© 2013 Concussion in Sport Group

Annexe 2

Fournir des renseignements supplémentaires au besoin pour se conformer aux lois et règlements provinciaux ou territoriaux.