

CANADA ÉQUESTRE

PROTOCOLE RELATIF AUX

COMMOTIONS CÉRÉBRALES

FAQ

Protocole de retour au sport

À propos du règlement Accidents et retour au sport de CE

- CE est devenu l'un des premiers organismes nationaux de sport à publier des directives officielles et propres à la discipline sportive pour le retour au sport après une commotion cérébrale.
- Le règlement de CE sur **les accidents et le retour au sport** est entré en vigueur le 1^{er} janvier 2017 et s'applique à toutes les compétitions sanctionnées par CE au Canada.
- Le règlement *Accidents et retour au sport* peut être consulté en entier dans les Règlements de Canada Équestre 2017, section A : Règlements généraux, article 101.



FAQ : Protocole de retour au sport



Qu'est-ce qu'une commotion cérébrale?

- L'organisme [Centers for Disease Control and Prevention](#) donne la définition suivante :

« Une commotion cérébrale est un type de traumatisme cérébral causé par un choc ou un coup porté directement ou indirectement à la tête, qui provoque un mouvement de va-et-vient rapide de la tête et du cerveau. »

Ce mouvement peut déplacer ou secouer le cerveau dans la boîte crânienne, ce qui provoque des changements chimiques dans le cerveau et peut étirer ou endommager les cellules cérébrales. »

FAQ : Protocole de retour au sport

Mon casque me protège-t-il des commotions?

- Non, le port du casque ne prévient pas les commotions.
- Le casque est un équipement de sécurité vital et il protège de plusieurs types de blessures à la tête, mais il n'empêche pas le cerveau de bouger à l'intérieur du crâne en cas de chute ou d'impact. Le casque ne protège donc pas contre les commotions cérébrales.



FAQ : Protocole de retour au sport

Pourquoi CE a-t-elle instauré un protocole de retour au sport pour les accidents?

- Pour assurer la sécurité et le bien-être des athlètes équestres au Canada.
- Pour faire le suivi des données liées aux cas de commotions cérébrales, à la durée du rétablissement des athlètes équestres et aux symptômes post-commotion. Ce suivi nous permettra d'établir une surveillance continue et de réévaluer les recommandations nationales au sujet des commotions dans les sports équestres.



« Savoir détecter une commotion quand elle survient est d'une importance capitale. On doit être en mesure de la reconnaître et de faire en sorte que l'athlète ne subisse pas une autre commotion peu après la première. »

– Dr Rob Stevenson

Athlète olympique canadien en concours complet et responsable de la sécurité pour la FEI au Canada

FAQ : Protocole de retour au sport

Qui a conçu les règlement et protocole de CE relatifs aux commotions?

- La responsable de la science du sport, Jessica Dilllott, a mené l'élaboration du protocole de retour au sport de CE.
- Dr Rob Stevenson, Rachel Huebert, Jan Stephens, Jane Tidball, Chris Pack, Doug Orr, Anne Welch et Fran McAvity faisaient aussi partie du groupe de travail.



FAQ : Protocole de retour au sport

Comment CE fera-t-elle le suivi des commotions?

- CE tiendra une liste des arrêts pour raison médicale.
- Quand CE recevra un rapport d'accident et de blessure indiquant un arrêt pour des raisons médicales, l'athlète concerné(e) sera ajouté(e) à cette liste, dans la base de données.
- Quand CE traitera un formulaire de reprise des activités pour le ou la même athlète, une fois rétabli(e), celui-ci ou celle-ci sera retiré(e) de la liste des arrêts pour raison médicale.



FAQ : Protocole de retour au sport



Qui est responsable de recueillir des données sur les commotions?

- Les commissaires et délégués techniques de CE sont responsables de vérifier que les rapports d'accident et de blessure sont dûment remplis et soumis à CE pour tous les incidents survenus dans les compétitions sanctionnées par CE au Canada.
- CE ne collectera **pas** les dossiers médicaux des athlètes, mais fera un suivi des cas de commotions cérébrales survenus dans les compétitions sanctionnées par CE au Canada.
- L'objectif de ce suivi est de recueillir des données pour un programme de sensibilisation aux commotions cérébrales, afin de réduire les risques de syndrome du second impact et de soutenir les athlètes pour une saine reprise de l'entraînement, conforme au protocole de retour au sport.

FAQ : Protocole de retour au sport



Qu'arrive-t-il si je chute ou si j'ai un accident dans une compétition sanctionnée par CE et qu'on peut raisonnablement soupçonner une commotion?

- Si une chute ou un accident survient et qu'on peut raisonnablement soupçonner une commotion cérébrale, l'athlète concerné(e) doit être évalué(e) sur place par du personnel médical qualifié avant de poursuivre la compétition.
- Au moment de l'évaluation sur place, le personnel médical qualifié doit remplir le rapport d'accident et de blessure et y indiquer soit l'autorisation médicale de poursuivre la compétition, soit l'arrêt en raison de blessure à la tête ou de commotion, manifeste ou soupçonnée.
- Si l'athlète fait l'objet d'un arrêt médical sur-le-champ, il ou elle ne peut pas participer aux compétitions sanctionnées par CE jusqu'à ce qu'il ou elle soit réévalué(e) et qu'un médecin lui en donne l'autorisation, au moyen du formulaire de reprise des activités de CE.

FAQ : Protocole de retour au sport



Comment puis-je reprendre la compétition après un arrêt pour raison médicale?

- Une fois ajouté à la liste des arrêts pour raison médicale, l'athlète doit être évalué(e) par un médecin et obtenir le feu vert de celui-ci (dans le formulaire de reprise des activités de CE) avant de participer à une compétition sanctionnée par CE.
- Quand CE recevra le formulaire de reprise des activités dûment rempli par un médecin, l'athlète sera retiré(e) de la liste des arrêts et pourra reprendre la compétition.
- La durée de l'arrêt est à la discrétion du médecin. Le temps de rétablissement varie d'une personne à l'autre; il n'y a donc pas de directives relatives à la durée dans le protocole de retour au sport de CE.
- La liste des arrêts pour raison médicale ne sera pas publique et sera seulement accessible au personnel de CE et aux organisateurs de compétition, par une connexion sécurisée.

FAQ : Protocole de retour au sport

Selon le protocole de retour au sport de CE, quelles sont les qualifications minimales requises pour le personnel médical?

- Selon le règlement Accidents et retour au sport de CE et pour témoigner de notre engagement à la protection et à la sécurité des athlètes, le niveau minimal de certification pour le personnel médical **sur place** sera haussé à premier répondant en **2018**.



« Bien que nous admettons que pratiquer un sport équestre comporte des risques, nous reconnaissons qu'on ne doit pas augmenter ces risques inutilement. Par son protocole relatif aux commotions, CE encadre rigoureusement la sensibilisation à ce sujet, ainsi que la reconnaissance et la gestion des commotions cérébrales. »

– Dr Rob Stevenson

Athlète olympique canadien en concours complet et responsable de la sécurité pour la FEI au Canada



**EQUESTRIAN
CANADA
ÉQUESTRE**