



# **Autorisation, par les thérapeutes du sport, de la reprise d'activités sportives après un diagnostic de trauma craniocérébral léger (TCCL) ou de commotion cérébrale (CC)**

La commotion cérébrale, ou le traumatisme craniocérébral léger (TCCL/CC), notamment dans le sport, est un sujet largement discuté depuis plusieurs années. Au Québec, la gestion des TCCL/CC est encadrée par les normes en vigueur en matière de TCCL/CC, incluant le Protocole de gestion des commotions cérébrales élaboré par le gouvernement du Québec, qui est arrimé aux outils préconisés par l'Institut national d'excellence en santé et services sociaux (INESSS) en matière de TCCL/CC<sup>1</sup>. Selon les recommandations en vigueur, des évaluations médicales doivent être obtenues à deux (2) moments précis au cours du processus de guérison :

1. Pour confirmer le diagnostic initial de TCCL/CC;
2. Avant de retourner à l'entraînement sans restriction dans un sport qui comporte des risques de contacts, de collisions ou de chutes.

Cependant, bénéficier d'un suivi par un médecin ou une infirmière praticienne spécialisée (IPS) afin d'obtenir une autorisation de retour au jeu à la suite d'un diagnostic de TCCL/CC peut s'avérer difficile dans le contexte actuel, pour le moins contraignant en matière d'accès.

## **L'apport des thérapeutes du sport en contexte de TCCL/CC**

Dans un contexte sportif, les thérapeutes du sport<sup>2</sup> peuvent contribuer à la décision du retour au jeu selon les normes en vigueur. Le Collège des médecins du Québec (CMQ) et la Corporation des thérapeutes du sport du Québec (CTSQ) précisent que les thérapeutes du sport peuvent, sous certaines conditions, contribuer de façon sécuritaire à l'application des recommandations initiales standardisées et, ultimement, formuler l'autorisation de retour aux activités sportives comportant des risques de collisions, de chutes ou de contacts, idéalement chez les sportifs<sup>3</sup> qu'ils suivent et qui ont reçu un diagnostic de TCCL/CC posé par un médecin ou une IPS.

## Les conditions sous lesquelles les thérapeutes du sport peuvent autoriser le retour aux activités sportives

Afin de pouvoir autoriser le retour au jeu de manière graduelle, selon les normes en vigueur et en fonction des plus récentes recommandations en la matière<sup>4</sup>, et ce, après qu'un diagnostic de TCCL/CC ait été posé, les thérapeutes du sport doivent :

- avoir un profil de pratique les exposant régulièrement à la gestion des commotions cérébrales;
- maintenir leurs connaissances et leurs compétences dans ce domaine à jour grâce à des activités périodiques de formation continue.

Quoique l'idéal soit d'exercer cette activité auprès de sportifs ayant reçu un diagnostic de TCCL/CC et auprès desquels les thérapeutes du sport travaillent de façon longitudinale<sup>5</sup>, ces mêmes thérapeutes du sport pourraient également être mis à contribution de manière ponctuelle, lorsque nécessaire, auprès de sportifs.

Dans ce contexte, les thérapeutes du sport peuvent autoriser la reprise des activités sportives lorsqu'une guérison clinique est observée, sans symptômes persistants de TCCL/CC<sup>6</sup>.

Dans le cas d'autorisations de retour complet aux activités sportives, les recommandations écrites fournies par les thérapeutes du sport devront documenter tous les critères pertinents ayant mené à une décision favorable de la reprise d'activités sportives. À cette fin, il est recommandé d'utiliser [l'outil développé](#) par l'Association québécoise des médecins du sport et de l'exercice (AQMSE) afin de soutenir et de documenter les décisions d'autoriser les retours au jeu<sup>7</sup>.

Cependant, dans les cas de TCCL/CC évoluant avec des symptômes persistants, une approche multidisciplinaire individualisée, impliquant notamment une ou un professionnel compétent dans la prise de décision de retour aux activités à risque, doit être adoptée conformément aux normes en vigueur. De même, lors d'un retour au jeu, si de nouveaux symptômes devaient être mis en évidence, une consultation auprès de la ou du professionnel ayant évalué initialement la sportive ou le sportif doit être faite.

Une nouvelle évaluation médicale doit également être obtenue en présence d'au moins une des conditions suivantes :

- signaux d'alerte<sup>8</sup>, à tout moment, à la suite de la blessure;
- aggravation jugée anormale des symptômes dans les heures ou les journées qui suivent le moment du diagnostic médical;
- en présence d'une comorbidité;
- lorsqu'un épisode d'une commotion cérébrale est survenu dans l'année précédente;
- en présence d'un historique de deux (2) commotions cérébrales antérieures ou plus.

## ANNEXE

- 1 Consultez les documents suivants pour approfondir les normes en vigueur en matière de gestion des TCCL/CC :
  - [Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport.](#)
  - [Outil d'évaluation des commotions cérébrales dans le sport \(SCAT6\);](#)
  - Recommandations issues du consensus international sur les commotions cérébrales dans le sport, révisées tous les 4 ans (pour consulter la version en vigueur au moment de la publication du présent document, en anglais : <https://bism.bmj.com/content/bjsports/57/11/695.full.pdf>);
  - [Protocole de gestion des commotions cérébrales du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec;](#)
  - [INESSS – Traumatisme craniocérébral léger \(commotion cérébrale\) : Conseils pour la reprise graduelle des activités intellectuelles, physiques et sportives. Août 2018;](#)
  - [Programme de prise en charge du traumatisme craniocérébral léger et de la commotion cérébrale \(TCCL/CC\) au Québec, rédigé par le MSSS.](#)
- 2 On vise ici les « thérapeutes du sport » tels que définis au [Règlement sur certaines activités professionnelles pouvant être exercées par un thérapeute du sport.](#)
- 3 Au sens du [Règlement sur certaines activités professionnelles pouvant être exercées par un thérapeute du sport](#), un sportif est : « la personne qui exerce, au niveau de l'initiation, de la récréation, de la compétition ou de l'excellence, une activité physique comprenant une certaine forme d'entraînement, le respect de certaines règles de pratique, un encadrement, un contenu technique ou un temps de pratique ».
- 4 Voir note 1.
- 5 L'implication longitudinale réfère aux situations où les thérapeutes du sport effectuent déjà des suivis avec des sportifs et dans un milieu où un protocole de gestion des commotions cérébrales est implanté (ex. : implication dans une école ou dans une organisation sportive).
- 6 « Symptômes persistants » est défini comme s'étalant sur plus de 4 semaines.
- 7 <https://aqmse.org/wp-content/uploads/2018/11/autorisation-medicale-2.0-27-11-2018.pdf>.
- 8 Pour connaître les signaux d'alerte, consultez la page 5 du [Programme de prise en charge du traumatisme craniocérébral léger et de la commotion cérébrale \(TCCL/CC\) au Québec](#), du MSSS.