

# Modèles de protocole en matière de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive pour les organisations sportives



Le document suivant ne remplace pas un avis juridique. Les organisations sportives doivent solliciter un avis juridique indépendant si vous avez des questions concernant leurs obligations en vertu de la *Loi Rowan (sécurité en matière de commotions cérébrales) de 2018*.

## Objet

Le présent modèle de protocole est conçu pour toute personne ou entité qui constitue une « organisation sportive » conformément à la *Loi Rowan (sécurité en matière de commotions cérébrales) de 2018* (« *Loi Rowan* »). Il énonce les exigences minimales en ce qui concerne les protocoles de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive pour les athlètes qui ont subi ou sont soupçonnés d'avoir subi une commotion cérébrale pendant les séances d'entraînement ou la compétition en vertu de la *Loi Rowan* et le règlement découlant de la présente loi, Règl. de l'Ont. 161/19 : Dispositions générales.

Ce modèle peut être utilisé par toute organisation sportive en Ontario. Autrement, il peut servir d'exemple à l'élaboration de vos propres protocoles comprenant des références spécifiques à votre sport. Si vous modifiez ce modèle, assurez-vous que les protocoles incluent les éléments de base comme le prévoit le Règl. De l'Ont. 161/19 : Dispositions générales. Le protocole, entre autres, doit établir un processus permettant d'assurer le retrait immédiat d'un athlète qui a subi ou est soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale. En outre, il doit désigner les personnes qui sont responsables du retrait de l'athlète et chargées de s'assurer qu'il ne reprendra pas les séances d'entraînement ou la compétition, sauf conformément au protocole de retour à l'activité sportive instauré par l'organisation sportive.

Toutes les personnes mobilisées dans le cadre du sport, y compris les athlètes, les parents ou tuteurs, les entraîneurs, les soigneurs de l'équipe, les représentants officiels, les enseignants et les professionnels de la santé agréés, peuvent contribuer à prévenir, identifier et gérer les commotions cérébrales. Pour en savoir plus sur les commotions cérébrales et les commotions cérébrales dans le sport, veuillez consulter la page [www.Ontario.ca/concussions](http://www.Ontario.ca/concussions).

## Exigences prévues pour les conseils scolaires

Les exigences prévues pour les conseils scolaires, les autorités scolaires, mais aussi les écoles provinciales et d'application concernant le retrait de l'activité sportive et le retour à l'activité sportive des élèves qui ont subi ou sont soupçonnés d'avoir subi une commotion cérébrale sont énoncées dans la politique actualisée du ministère de l'Éducation relative aux commotions cérébrales (NPP n° 158 : Politiques des conseils scolaires sur les commotions cérébrales), en vigueur depuis le 31 janvier 2020.

## Personne(s) désignée(s)

Conformément aux exigences énoncées dans la *Loi Rowan* et son règlement connexe, toutes les organisations sportives doivent identifier une ou plusieurs personnes désignées dont les responsabilités spécifiques découlent des protocoles de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive. Les responsabilités confiées aux personnes désignées peuvent être réparties entre plusieurs individus. Si votre organisation sportive compte plusieurs personnes désignées, assurez-vous que chacune d'entre elles connaît parfaitement la nature de ses responsabilités en vertu du protocole de retrait de l'activité sportive et du protocole de retour à l'activité sportive.



**En vertu du protocole de retrait de l'activité sportive pour IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE, les personnes désignées ont les responsabilités suivantes :**

- Le retrait immédiat d'un athlète de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition s'il a subi ou est soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale, indépendamment du fait que la commotion cérébrale ait été subie pendant une activité sportive organisée par IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE;
- Si les personnes désignées estiment que la situation est urgente ou que des symptômes et/ou des signaux d'alerte apparaissent, y compris ceux découlant d'une commotion cérébrale présumée, contactez les secours ;
- Le retrait d'un athlète de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition ; et si l'athlète est mineur, le parent ou tuteur doit être informé du retrait ;
- L'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, est informé qu'il doit subir un examen médical par un médecin ou un infirmier praticien avant d'être autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition en vertu du protocole de retour à l'activité sportive pour IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE ;
- L'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, reçoit les protocoles de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive pour IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE dès que possible après le retrait de l'athlète ;
- Une fois retiré, l'athlète n'est pas autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition, sauf conformément au protocole de retour à l'activité sportive instauré par IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE ;

**En vertu du protocole de retour à l'activité sportive pour IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE, les personnes désignées ont les responsabilités suivantes :**

- Un athlète qui a subi ou est soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale ne peut pas reprendre les séances d'entraînement ou la compétition sans autorisation, conformément au protocole de retour à l'activité sportive instauré par IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE ;



- Quand un athlète n'a pas été diagnostiqué comme souffrant d'une commotion cérébrale, il est uniquement autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition si l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, remet à la personne désignée la confirmation du résultat de l'examen médical qu'il a subi, à savoir si l'athlète :
  - a subi un examen médical par un médecin ou un infirmier praticien mais n'a pas été diagnostiqué comme souffrant d'une commotion cérébrale, et
  - et a obtenu l'autorisation médicale de reprendre les séances d'entraînement ou la compétition auprès d'un médecin ou d'un infirmier praticien.
- Quand un athlète a bel et bien été diagnostiqué par un médecin ou un infirmier praticien comme souffrant d'une commotion cérébrale, il n'est pas autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition sans restriction, sauf si l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, remet à la personne désignée une confirmation de l'autorisation médicale fournie par le médecin ou l'infirmier praticien ;
- Un athlète n'est pas autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition dans le cadre du protocole de retour progressif à l'activité sportive instauré par *[INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE]*, sauf si l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, a communiqué à la personne désignée les recommandations ou avis médicaux reçus, le cas échéant ;
- Quand un athlète est diagnostiqué par un médecin ou infirmier praticien comme souffrant d'une commotion cérébrale, l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, a été informé de l'importance que revêt la divulgation du diagnostic à toute autre organisation sportive au sein de laquelle l'athlète est inscrit ou à l'école fréquentée par l'athlète.

Le règlement dispose qu'une personne désignée peut se fier aux informations fournies par un athlète ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, en vue de s'acquitter des responsabilités lui incombant au titre du protocole de retour à l'activité sportive instauré par *[INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE]*.

**Le ou les individus suivants sont reconnus par *[INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE]* comme la ou les « personne(s) désignée(s) » dans le cadre des protocoles de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive instaurés par *[INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE]* :**

Nom de la ou des personnes désignées :

Date :

Durée de la désignation :

# Protocole de retrait de l'activité sportive

Les informations ci-après décrivent un processus de retrait immédiat d'un athlète soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale.



## 1. Retirer l'athlète

La personne désignée doit procéder au retrait immédiat d'un athlète de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition s'il a subi ou est soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale, indépendamment du fait que la commotion cérébrale avérée ou présumée découle d'une activité sportive organisée par IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE,

## 2. Appeler les secours en cas d'urgence

La personne désignée contacte les secours si elle estime que cette mesure est nécessaire (par exemple, si une situation urgente survient ou que des symptômes et/ou des signaux d'alerte apparaissent).

## 3. Informer

Si l'athlète est mineur, la personne désignée doit informer le parent ou le tuteur de l'athlète que ce dernier a été retiré de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition.

La personne désignée informe l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, qu'il doit subir un examen médical par un médecin ou un infirmier praticien avant d'être autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition.

Un examen médical permet de déterminer si l'athlète a subi une commotion cérébrale. Un athlète ne sera autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition qu'après avoir obtenu l'autorisation médicale d'un médecin ou d'un infirmier praticien.

## 4. Fournir les protocoles

La personne désignée doit fournir à l'athlète ou au parent/tuteur si l'athlète est mineur, les protocoles de retrait de l'activité sportive et de retour à l'activité sportive instaurés par IINSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE dès que possible après le retrait de l'athlète de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition.

# Protocole de retrait de l'activité sportive



## 5. Consigner l'incident

Établir et maintenir un registre des incidents lorsqu'un athlète est retiré de toute nouvelle séance d'entraînement ou compétition en raison d'une commotion cérébrale présumée, indépendamment du fait que l'athlète ait été diagnostiqué ultérieurement comme souffrant d'une commotion cérébrale.

L'organisation sportive doit limiter la collecte, l'utilisation et la divulgation des informations personnelles à ce qui est raisonnablement nécessaire aux fins d'exécution des protocoles instaurés par l'organisation sportive. Elle doit également restreindre la consultation desdites informations personnelles uniquement aux personnes qui en ont besoin pour s'acquitter de leurs fonctions ou obligations en vertu de la Loi. Les informations personnelles collectées au titre dudit protocole seront conservées, divulguées et éliminées dans un cadre sécurisé et conforme à la politique de l'organisation sportive en matière de conservation des informations personnelles. L'organisation sportive doit élaborer une politique de conservation des informations personnelles.

## 6. Retour aux séances d'entraînement ou à la compétition

Une fois retiré, l'athlète n'est pas autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition, sauf conformément au protocole de retour à l'activité sportive instauré par [INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE].

# Protocole de retour à l'activité sportive



Les informations suivantes énoncent un processus de retour à l'activité sportive pour un athlète qui a été retiré des séances d'entraînement ou de la compétition en raison d'une commotion cérébrale avérée ou présumée, indépendamment du fait que la commotion cérébrale ait été subie de manière avérée ou présumée pendant une activité sportive organisée par INSÉREZ ICI LE NOM DE VOTRE ORGANISATION SPORTIVE.

## 1. Obtenir la confirmation

S'assurer qu'un athlète qui a subi ou est soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale, ne reprend pas les séances d'entraînement ou la compétition jusqu'à ce que l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, remette à la personne désignée la confirmation que l'athlète :

- a) a subi un examen médical par un médecin ou un infirmier praticien mais n'a pas été diagnostiqué comme souffrant d'une commotion cérébrale, et
- b) a obtenu l'autorisation médicale de reprendre les séances d'entraînement ou la compétition auprès d'un médecin ou d'un infirmier praticien.

## 2. En cas de diagnostic d'une commotion cérébrale

Si un athlète a été diagnostiqué par un médecin ou un infirmier praticien comme ayant subi une commotion cérébrale, il doit respecter les étapes du protocole de retour progressif à l'activité sportive.

### Le plan de retour à l'école (Activité physique et apprentissage)

Les élèves relevant de l'enseignement élémentaire et secondaire qui ont été déclarés comme souffrant d'une commotion cérébrale doivent suivre le plan de retour à l'école établi par leur conseil scolaire et visant à encourager une reprise progressive de l'apprentissage et de l'activité physique. Contactez l'établissement scolaire pour en savoir plus.

# Protocole de retour à l'activité sportive



## 3. Retour progressif à l'activité sportive

Il est important de rappeler que les temps de récupération habituels varient d'un individu à l'autre. Certains ont besoin de plus de temps pour concrétiser chaque étape du protocole de retour progressif à l'activité sportive.

Les étapes du protocole de retour progressif à l'activité sportive peuvent inclure les activités suivantes. En règle générale, on conseille à un athlète souffrant d'une commotion cérébrale de se reposer pendant 24 à 48 heures avant de commencer la première étape.

	Activités	But de l'étape	Durée
<b>Étape 1:</b> Activités limitant les symptômes	Activités quotidiennes qui n'aggravent pas les symptômes, comme les déplacements chez soi ou les tâches domestiques simples	Réintroduction progressive des activités quotidiennes (travail, école)	Au moins 24 heures
<b>Étape 2:</b> Exercices d'aérobic légers	Exercices légers comme la marche ou le vélo d'appartement à un rythme lent à intermédiaire pendant 10 à 15 minutes	Augmenter le rythme cardiaque	Au moins 24 heures
<b>Étape 3:</b> Exercice spécifique à un sport	Activité physique individuelle comme la course ou le patinage  Aucune activité de contact ou impliquant un impact avec la tête	Ajouter du mouvement	Au moins 24 heures
<b>Étape 4:</b> Entraînement, exercices sans contact	Entraînements plus soutenus  Ajouter des exercices de résistance (si cela est approprié)	Exercice, coordination et réflexion accrue	Au moins 24 heures
<b>Étape 5:</b> Entraînement sans restriction	Entraînement sans restriction — avec contact le cas échéant	Retrouver confiance en soi et évaluer les compétences fonctionnelles	Au moins 24 heures  Obtenir l'autorisation d'un médecin ou d'un infirmier praticien avant de reprendre sans restriction les séances d'entraînement ou la compétition
<b>Étape 6:</b> Retour à l'activité sportive	Compétition sans restriction		



## Protocole de retour à l'activité sportive



Généralement, un athlète est prêt à passer à l'étape suivante quand il peut réaliser les activités de l'étape en cours, sans aggraver ses symptômes ni en développer de nouveaux. Si, à un quelconque moment, les symptômes empirent, l'athlète doit s'arrêter et revenir à l'étape précédente avant de réessayer. Si les symptômes ne présentent pas d'amélioration ou continuent d'empirer, l'athlète doit consulter à nouveau le médecin ou l'infirmier praticien.

### 4. Communiquer l'avis médical

Un athlète, ou le parent/tuteur de l'athlète s'il est mineur, doit communiquer les recommandations ou avis médicaux reçus à la personne désignée avant d'être autorisé à reprendre les séances d'entraînement ou la compétition dans le cadre du protocole de retour progressif à l'activité sportive, le cas échéant.

### 5. Divulguer le diagnostic

La personne désignée doit informer l'athlète, ou le parent/tuteur si l'athlète est mineur, de l'importance que revêt la divulgation du diagnostic à toute autre organisation sportive au sein de laquelle l'athlète est inscrit ou à l'école fréquentée par l'athlète.

### 6. Autorisation médicale

L'athlète, ou le parent/tuteur de l'athlète, doit remettre à la personne désignée une confirmation de l'autorisation médicale fournie par un médecin ou un infirmier praticien avant que l'athlète ne soit autorisé à reprendre sans restriction les séances d'entraînement ou la compétition.

### 7. Consigner les progrès

L'organisation sportive doit établir et maintenir un registre des progrès de l'athlète dans le cadre du protocole de retour progressif à l'activité sportive et cela, jusqu'à ce que l'athlète, ou le parent/tuteur de l'athlète, ait remis à la personne désignée une confirmation de l'autorisation médicale fournie par le médecin ou l'infirmier praticien.

L'organisation sportive doit limiter la collecte, l'utilisation et la divulgation des informations personnelles à ce qui est raisonnablement nécessaire aux fins d'exécution des protocoles instaurés par l'organisation sportive. Elle doit également restreindre la consultation desdites informations personnelles uniquement aux personnes qui en ont besoin pour s'acquitter de leurs fonctions ou obligations en vertu de la Loi. Les informations personnelles collectées au titre dudit protocole seront conservées, divulguées et éliminées dans un cadre sécurisé et conforme à la politique de l'organisation sportive en matière de conservation des informations personnelles. L'organisation sportive doit élaborer une politique de conservation des informations personnelles.