

# “Ce n’est pas si mal”

*S’attaquer à l’influence de la sous-déclaration des symptômes de commotion cérébrale et du retrait du jeu dans le sport chez les jeunes.*



La sous-déclaration ou la non-divulgation des symptômes de commotion cérébrale par les jeunes participants au sport + l’incapacité des entraîneurs à retirer les athlètes du jeu continuent d’être des aspects difficiles de la gestion des commotions cérébrales.

l’hésitation à s’autodéclarer ou à se retirer du jeu met les athlètes à risque de blessures supplémentaires et de récupération plus longue.

Un examen de 36 études a révélé des tendances d’influence sur la probabilité que les jeunes athlètes (12-17 ans) divulguent des symptômes et que les entraîneurs les retirent du jeu.

Il est important de s’attaquer à ces influences à l’appui d’une << culture de signalement et de retrait >> pour un sport plus sécuritaire.

# Influences sur l'autodéclaration et le retrait

- La recherche met en évidence à la fois des influences positives ou directrices et des influences négatives ou restrictives sur la probabilité que les jeunes participants au sport divulguent des symptômes de commotion cérébrale pendant l'entraînement ou un match.
- Les influences directrices et restrictives de l'autodéclaration des athlètes créent un environnement complexe dans lequel on s'attend à ce qu'ils parlent d'une possible blessure à la tête.

## ***Influences motrices de l'autodéclaration***

- **S'identifier en tant que fille/femme**
- **Environnement centré sur le participant, où l'athlète se sent pris en charge**
- **L'éducation sur les commotions cérébrales provenant de sources multiples, à plusieurs moments**



## ***Influences restrictives contre l'autodéclaration***

- **Incertitude quant aux symptômes de commotion cérébrale, gravité de la blessure**
- **Désir de jouer, de réussir**
- **Je ne veux pas décevoir l'entraîneur, les coéquipiers, les parents**
- **Match important**
- **Les normes sociétales de l'endurcissement, <<< pas de douleur, pas de gain >>> ne pas montrer ses faiblesses**

De plus, les entraîneurs sportifs des jeunes sont moins susceptibles de retirer un participant d'un match ou d'une pratique si :

- Ils sont incertains quant aux symptômes indiqués
- Ils ne sont pas confiant qu'il puisse s'agir d'une commotion cérébrale

*"S'agit-il d'une commotion cérébrale, d'une déshydratation ou d'autre chose ?"*

Les entraîneurs comptent sur l'observation et le questionnement des athlètes sur les symptômes (qui peuvent être très variables) tout en surveillant la pratique ou le jeu.

L'incertitude dans cette situation difficile signifie que l'athlète sera probablement autorisé à continuer de jouer.

# Soutien pour une culture de l'autodéclaration et du retrait du jeu



- Développer et maintenir un environnement d'équipe /sport axé sur le participant.
- Les meilleurs intérêts et le bien-être des jeunes athlètes sont prioritaires.
- Les participants se sentent habilités à signaler eux-mêmes les symptômes de commotion cérébrale.
- Soutenir les entraîneurs pour qu'ils dirigent et renforcent cette approche.



- Poursuivre l'éducation sur les commotions cérébrales pour tous.
- Mettre l'accent sur les influences directrices et restrictives de l'autodéclaration et du retrait
- Utiliser une variété de ressources et formats, à plusieurs moments.



- Recadrer la divulgation comme étant positive, << revenir au jeu >> plus tôt.
- *Contre les normes de jouer malgré la douleur en modélisant un comportement souhaitable - << Il faut du courage pour parler >>*
- S'attaquer aux messages et aux pratiques qui applaudissent et qui encouragent les comportements néfastes.



Alison Doherty Western University, Jeff Caron U. de Montréal, Stephanie Cowle Parachute, Debra Gassewitz SIRC, Annette Greenhow Bond University, Johnny Misley Ontario Soccer, Kaleigh Pennock U. Waterloo, Brendan Riggan U. Waterloo, Parissa Safai York University, Shannon Sibbald Western University, Brandy Tanenbaum Sunnybrook Health Sciences Centre, Mercedes Watson Coaches Association of Ontario

Cette infographie s'appuie sur des recherches appuyées par :



Social Sciences and Humanities  
Research Council of Canada

Conseil de recherches en  
sciences humaines du Canada

Canada