

POLITIQUE RELATIVE AUX COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Objet et champ d'application

Spin Taekwondo vise à prévenir, reconnaître et gérer les commotions cérébrales lors des cours, entraînements, combats et compétitions.

Prévention

Les entraîneurs font respecter les règles de sécurité, adaptent les exercices au niveau des participants, vérifient le port de l'équipement requis et découragent tout contact dangereux. Le casque ne supprime pas le risque de commotion.

Retrait immédiat et surveillance

Après un impact violent à la tête ou au corps, une collision ou une chute pouvant provoquer une secousse de la tête, retirer immédiatement l'athlète, même sans symptôme. Aucun retour à une activité présentant un risque de contact, de collision ou de chute le jour même. Surveiller l'apparition de symptômes durant au moins 24 à 48 heures et prévenir le parent ou la personne responsable, selon les règles applicables.

Signes et intervention d'urgence

Symptômes possibles : maux de tête, étourdissements, nausées, troubles de l'équilibre, confusion, sensibilité à la lumière ou difficultés de concentration. En cas de perte de conscience, convulsions, vomissements répétés, mal de tête qui s'aggrave, faiblesse, difficulté à parler ou à marcher, ou détérioration de l'éveil : appeler le 911. Ne pas laisser l'athlète reprendre le combat.

Évaluation et retour progressif

Si des symptômes apparaissent, demander rapidement une évaluation par un professionnel de la santé qualifié. Respecter les recommandations reçues et le protocole provincial de retour aux activités d'apprentissage et aux activités physiques et sportives. Le retour au taekwondo se fait par étapes adaptées, sans contact d'abord; les combats et contacts à la tête ne reprennent qu'après satisfaction des critères du protocole et de toute autorisation professionnelle requise.

Documentation et responsabilités

L'entraîneur consigne l'incident, les observations et les mesures prises; transmet les consignes et la fiche de suivi provinciale à l'athlète et à son parent/tuteur

Référence : [Outils de gestion des commotions cérébrales adaptés pour le milieu de l'éducation et dans le cadre d'activités sportives et de loisirs](#)

Responsable désigné : Benjamin Leboeuf (info@centrespin.com)

Responsable externe : [Protecteur de l'intégrité en loisir et en sport](#)