

Commotion cérébrale :

# TESTS PRÉ-SAISON ( « BASELINE » )



Parachute

Série sur les  
commotions cérébrales

## Qu'entend-on par les tests pré-saison ( ou « baseline » ) ?

Les tests pré-saison consistent à l'utilisation, chez un athlète, de certains outils d'évaluation d'une commotion cérébrale avant la participation à un sport – généralement avant le début d'une saison sportive – afin d'obtenir des mesures de bases ou des mesures antérieures aux blessures. En cas de soupçon de commotion cérébrale, l'évaluation est faite à nouveau et on effectue un comparatif de ces mesures prises après la blessure et des mesures de base. Ces évaluations visent à cerner les différences cognitives présentes chez un athlète avant et après la blessure. Le test pré-saison ne fait pas référence à un outil ou à un test précis mais peut renvoyer à plusieurs formes d'évaluation, notamment les tests informatisés, les test papier-crayon et les tests de performance sportive.

## Dois-je faire passer à mes enfants, à mes joueurs ou à mes étudiants des tests pré-saison ?

Il s'agit d'une question couramment posée. Voici les principaux messages que nous désirons faire passer aux parents, aux entraîneurs et aux éducateurs au sujet des tests pré-saison et des commotions cérébrales :

- 1. Les tests pré-saison ne sont pas requise pour les soins dispensés aux jeunes athlètes chez qui on suspecte une commotion cérébrale ou en présence d'un diagnostic de commotion cérébrale. Les tests pré-saison obligatoires ne sont pas recommandés.**
- 2. Reconnaître et retirer.** Plutôt que d'utiliser des ressources pour effectuer des tests pré-saison, les organisations sportives sont encouragées à élaborer leurs propres processus afin de reconnaître une commotion cérébrale et de retirer un joueur en cas de soupçon de commotion cérébrale.
- 3. L'évaluation médical pertinente, la gestion et le retour à la pratique d'activités sportives sont essentiels.** Les décisions liées à la gestion des commotions cérébrales et au retour à la pratique d'activités sportives sont de nature interdisciplinaire et devraient être prises de façon individualisée, et non pas en fonction d'un test ou d'un ensemble de tests spécifiques. En cas de soupçon de commotion cérébrale, il est donc important qu'un médecin ou un infirmier praticien ayant de l'expérience dans la gestion des commotions cérébrales examine la personne afin de lui offrir des soins appropriés le plus rapidement possible après la survenue de la blessure.

## Où puis-je obtenir davantage de renseignements?

- L'*Énoncé sur les tests pré-saison (« baseline ») pour les commotions cérébrales au Canada* de Parachute fournit des recommandations sur les tests pré-saison pour les commotions cérébrales pour les athlètes. L'énoncé intégrale peut être consultée ici : [parachutecanada.org/commotion-cerebrale](http://parachutecanada.org/commotion-cerebrale).
- Les *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport* fournissent des recommandations sur la prévention, l'identification et la gestion des commotions cérébrales. Consultez le site : [parachutecanada.org/lignes-directrices](http://parachutecanada.org/lignes-directrices)

**Sources:** McCrory, P., et coll. (2017). Énoncé de consensus sur les commotions cérébrales dans le sport – 5e conférence internationale sur les commotions cérébrales dans le sport, Berlin, octobre 2016. *British Journal of Sports Medicine*, 51(11), 838-847; Parachute. (2018). *Énoncé sur les tests pré-saison (« baseline ») pour les commotions cérébrales au Canada*. Toronto: Parachute.



Parachute est le principal organisme  
de bienfaisance national du Canada  
qui se consacre la prévention des blessures.



Pour obtenir rapidement de l'information, téléchargez l'app

