

L'impact de la santé mentale sur la gestion des commotions cérébrales

Magdalena Wojtowicz, Ph. D., C.Psych
Professeure agrégée, département de psychologie,
Université York, Toronto, ON, Canada
1^{er} mars, 2023



La santé mentale des athlètes

- Les athlètes en développement subissent des pressions uniques qui les exposent à un risque accru de problèmes de santé mentale.
- 50 % des athlètes de haut niveau sont confrontés à un certain type de problème de santé mentale au cours de leur carrière.
- Parmi eux, environ 48 % répondent aux critères d'anxiété clinique et/ou de dépression.

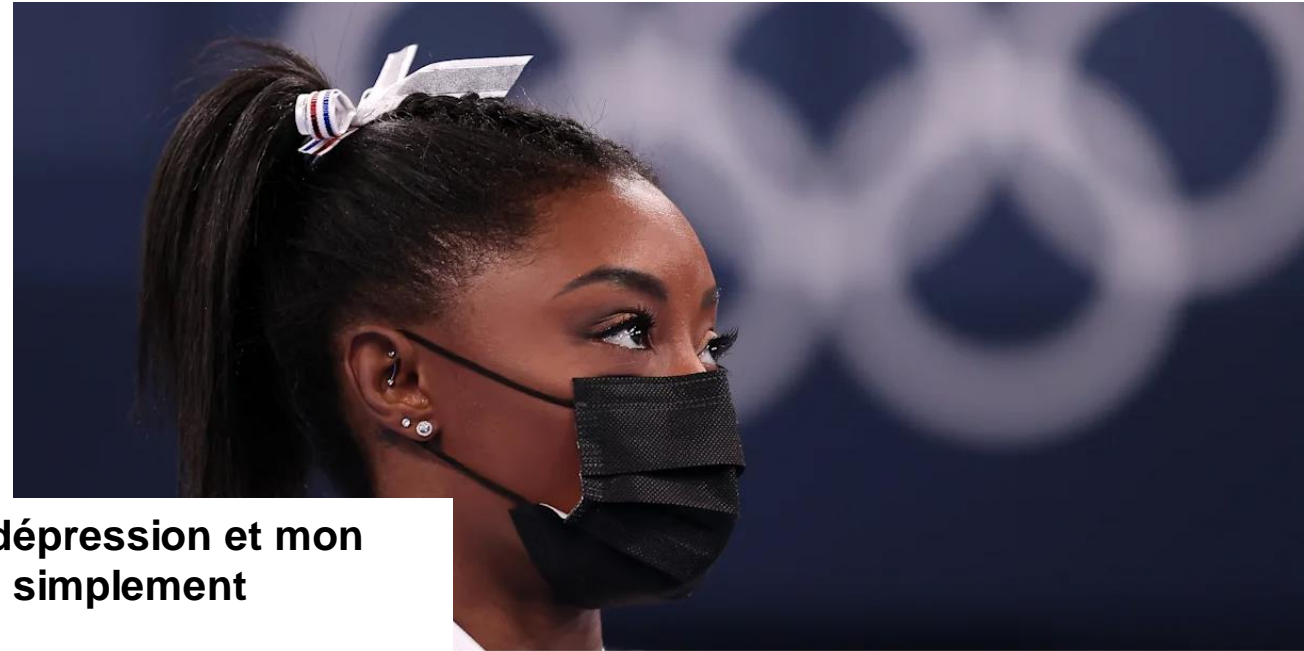
Akesdotter et al., 2020; Foskett & Longstaff, 2018 Wolanin et al., 2015

Bianca Andreescu ne participera pas à l'Open de l'Australie pour des raisons de santé mentale



Décembre 2021

Simone Biles se retire du concours final complet féminin

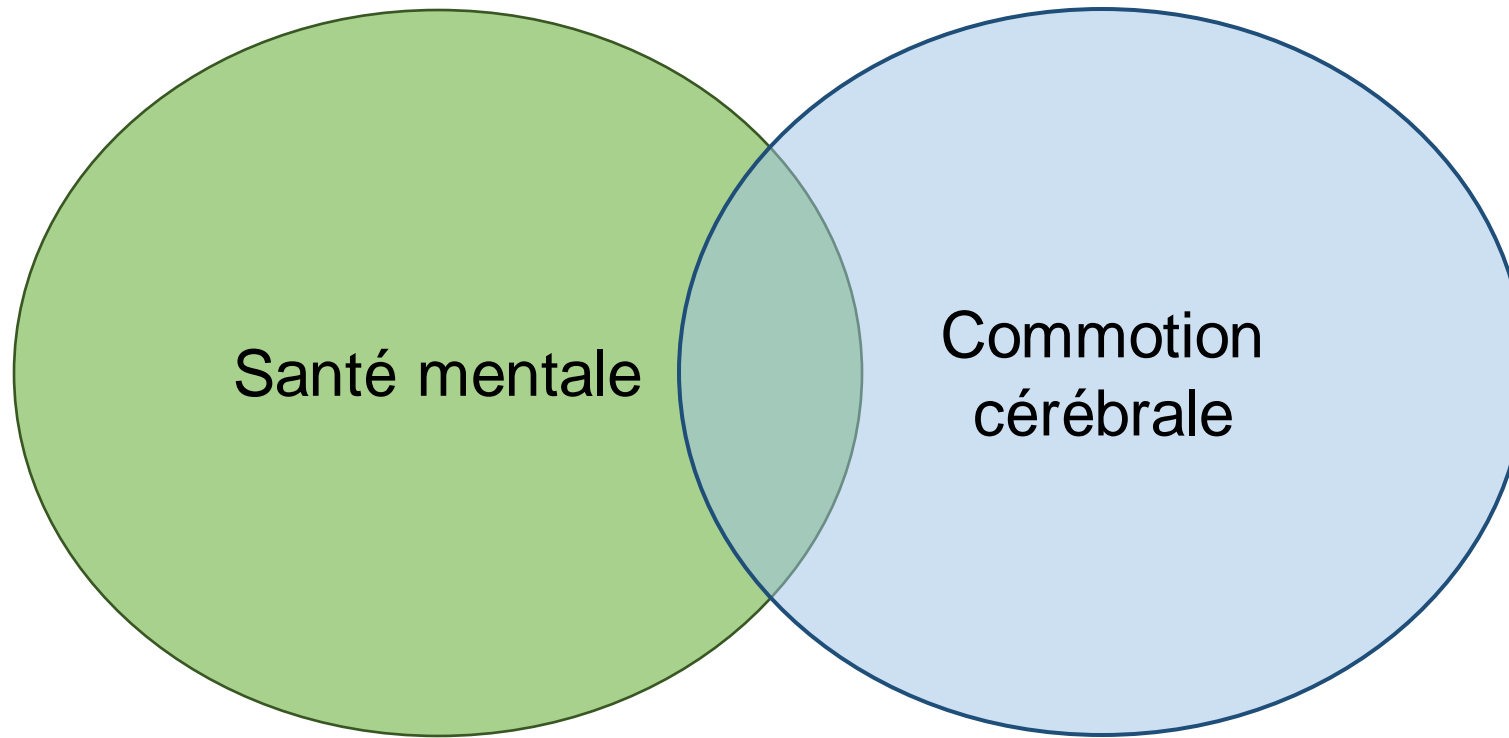


Octobre 2021

Michael Phelps: « Ma dépression et mon anxiété ne vont jamais simplement disparaître. »



Mai 2022



La santé mentale représente le bien-être général d'une personne dans la façon dont elle peut penser, réguler ses émotions et se comporter.

Les troubles de la santé mentale sont des perturbations cliniques de la santé mentale.

Symptômes d'une commotion cérébrale



Penser/Se souvenir

Difficulté à penser clairement ■ Sensation de ralentissement
Difficulté à se concentrer ■ Difficulté à retenir de nouvelles informations



Physique

Maux de tête ■ Troubles d'équilibre ■ Vision brouillée ■ Vertiges
Nausée ou vomissement ■ Manque d'énergie ■
Sensibilité au bruit ou à la lumière



Émotionnel/Humeur

Irritabilité ■ Nervosité ■ Tristesse ■ Émotivité accrue

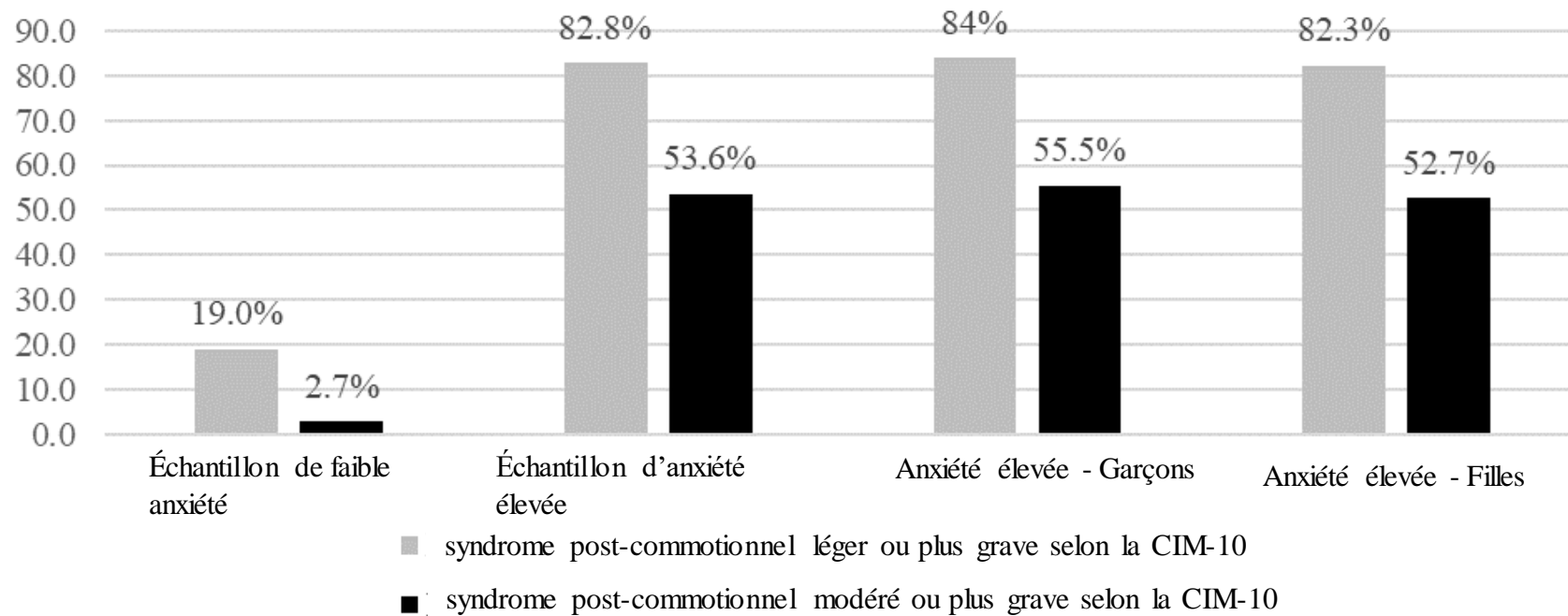


Sommeil

Dormir plus que d'habitude ■ Dormir moins que d'habitude ■
Difficulté à s'endormir

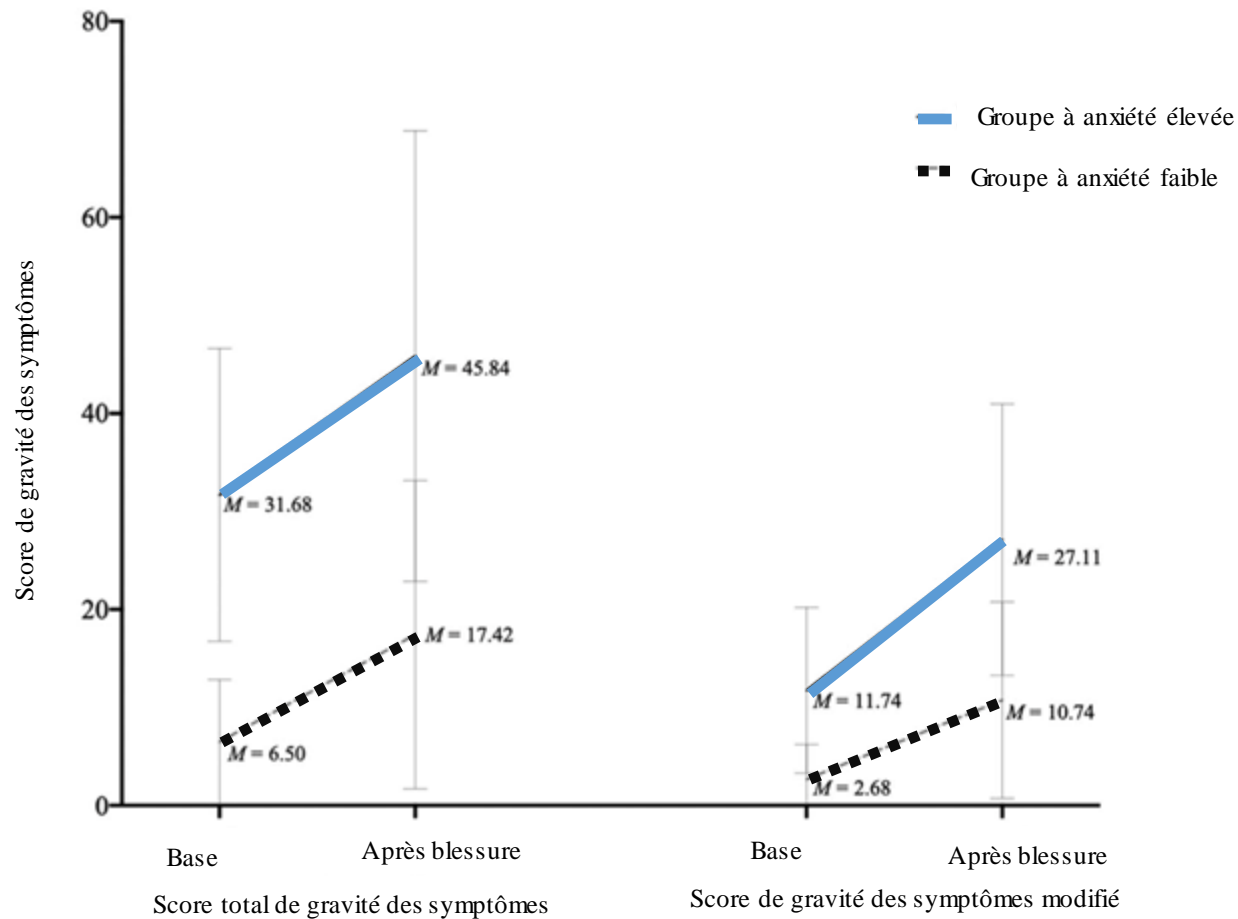
Adapté de Lowell 2006

L'anxiété influence la présentation des symptômes en l'absence de commotion cérébrale



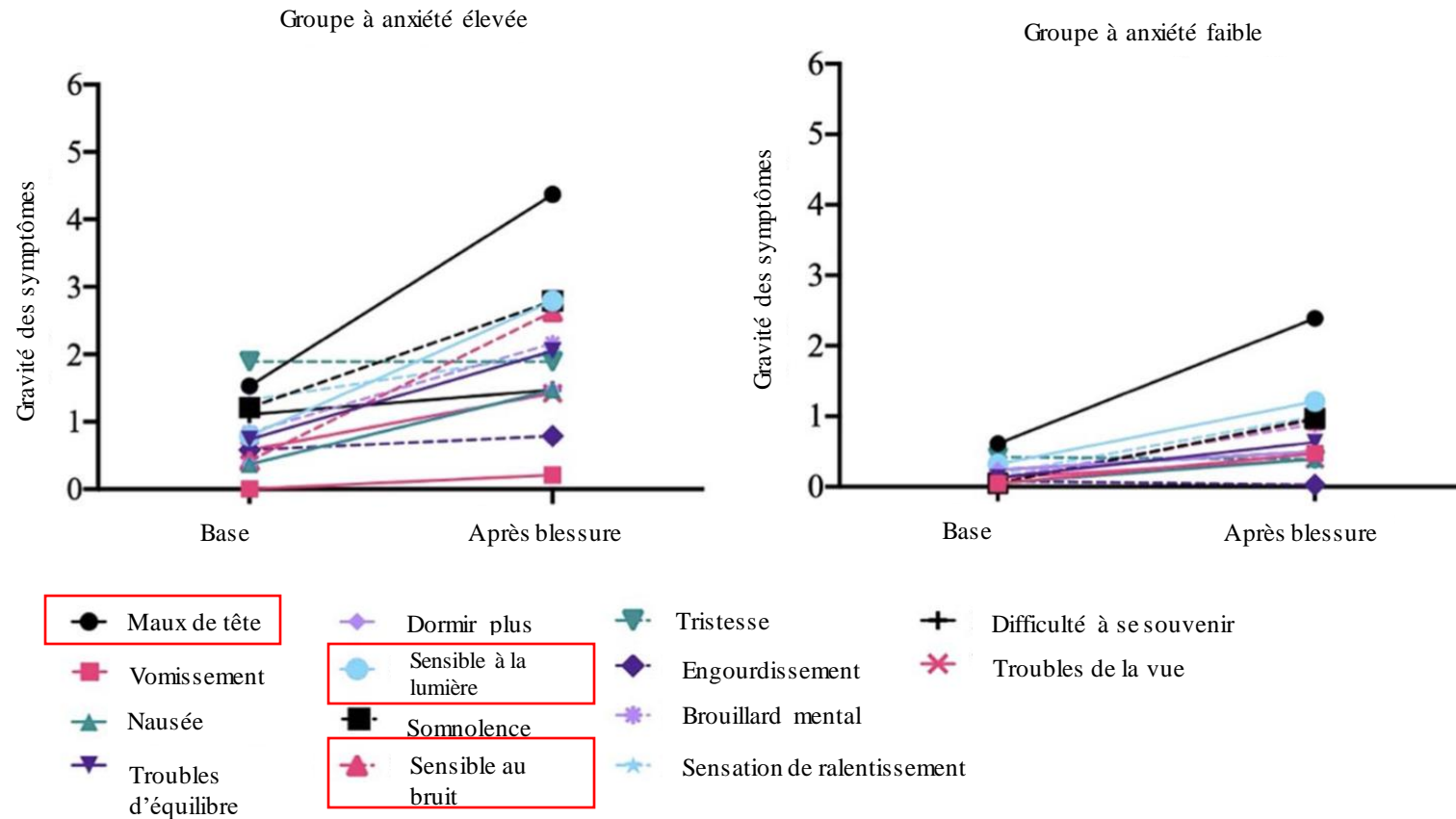
En tenant compte des antécédents de commotion cérébrale, **8 jeunes sur 10** répondaient aux critères du syndrome post-commotionnel de la CIM-10, contre **2 sur 10** sans anxiété.

L'anxiété avant la blessure influence la présentation des symptômes après une commotion cérébrale



- Une forte anxiété de base est associée à des symptômes plus importants et plus graves avant et après la blessure.
- Si l'on tient compte des symptômes associés à l'anxiété, on constate un profil de symptômes plus élevé.

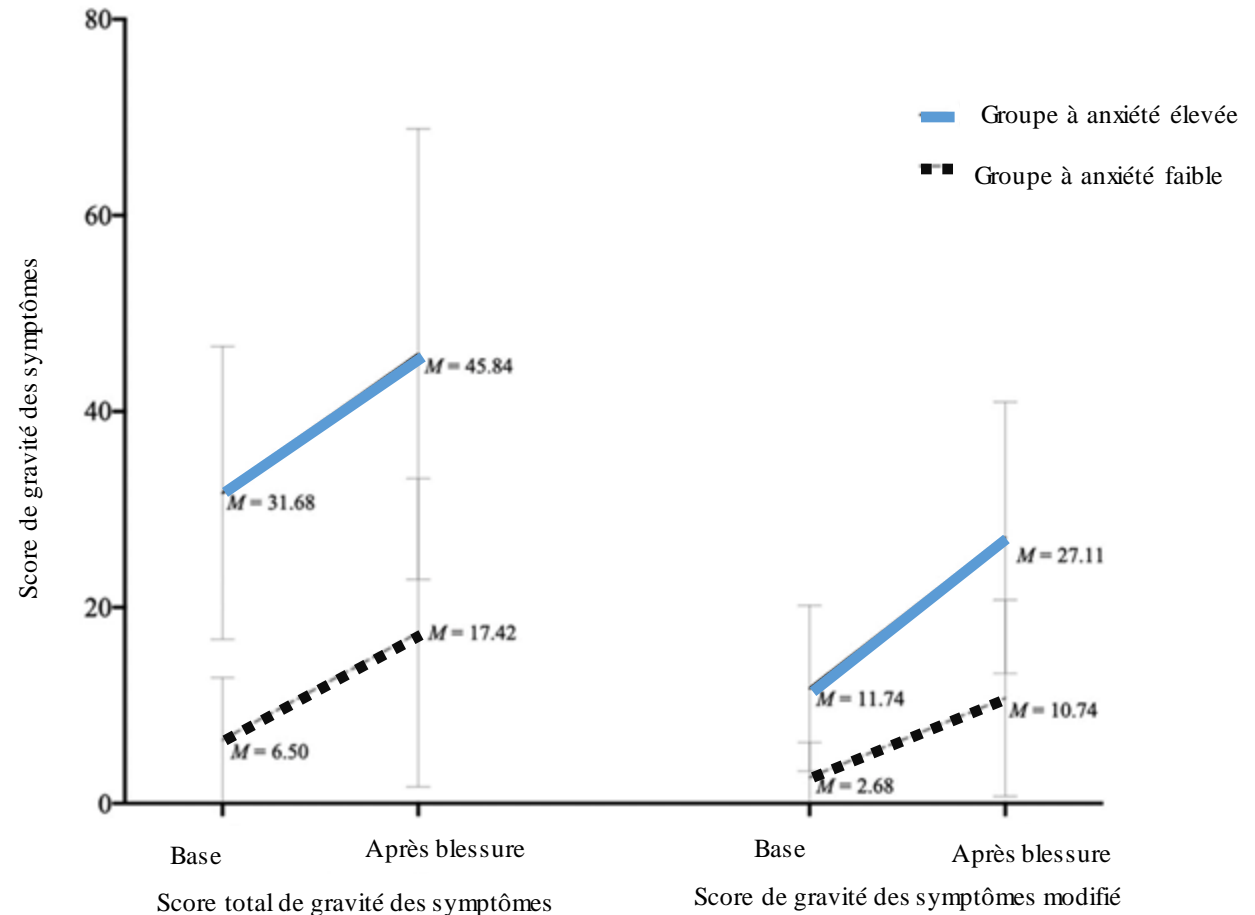
L'anxiété avant la blessure influence la présentation des symptômes après une commotion cérébrale



Champigny, Roberts, Terry, Maxwell, Buckner, Iverson & Wojtowicz, 2021

Ce qu'un(e) athlète apporte avec lui ou elle lors d'une blessure affecte le résultat

- La gravité des symptômes aigus est associée à un délai plus long pour la résolution des symptômes et le retour au jeu.
- Peut-être en raison d'une blessure plus importante ou d'autres facteurs qui influencent la présentation des symptômes (par exemple, la santé mentale).



Prochaines étapes : Identifier, gérer, collaborer

- Identifier les athlètes qui sont à risque avant une blessure
 - Cela peut être fait à l'aide de mesures des symptômes de base préexistants (p. ex. **SCAT-5**) Roberts, Champigny, Feldman, Flora & Wojtowicz, à paraître
- Les interventions visant à améliorer la santé mentale amélioreront probablement la gestion des commotions cérébrales et modifieront les trajectoires de récupération.
- L'intégration d'équipes multidisciplinaires au sein des organisations sportives est essentielle pour améliorer la gestion (p. ex. psychologie clinique, neuropsychologie, physiothérapie, chercheurs cliniques).

SPARC: Sport Assessment and Research Combine



CANADIAN
**SPORT
INSTITUTE**



INSTITUT
CANADIEN
DU SPORT

————— **ONTARIO** —————



Dr. Joe Baker



Dr. Nick Wattie



Dr. Magdalena Wojtowicz



Dr. Kathryn Robinson

Points à retenir

- Les difficultés de santé mentale affectent la présentation des symptômes et la récupération des athlètes après une commotion cérébrale.
- L'identification est essentielle et doit faire l'objet d'un suivi continu.
- L'accent sur les approches multidisciplinaires et les soins dans le cadre du sport est essentiel pour améliorer la prise en charge.

Merci



NSERC
CRSNG

SSHRC  CRSH



north_labyork



@NORTHlabyork



www.north-lab.ca