

# Quel est le rôle de l'éducation dans les commotions cérébrales?

**Les initiatives d'éducation sont importantes pour améliorer la sensibilisation aux commotions cérébrales. Ces initiatives ont le plus d'effets positifs lorsqu'elles :**



## SONT CONTINUES

afin de s'assurer que les connaissances sur les commotions cérébrales sont maintenues au fil du temps.



## VONT AU-DELÀ DES CONNAISSANCES

pour cibler les attitudes et les comportements, comme la volonté de signaler une commotion cérébrale.

» L'éducation sur les commotions cérébrales **devrait cibler toutes les personnes impliquées dans le sport**, car tout le monde joue un rôle dans la prévention, dans la détection et dans la gestion des commotions cérébrales. «

## Stratégies pour améliorer l'éducation sur les commotions cérébrales



### S'engager régulièrement avec les apprenants

Proposez des opportunités d'apprentissage tout au long de la saison



### Utiliser une gamme diversifiée d'outils d'apprentissage

Expérimentez avec des outils tels que les infographies, les vidéos et les médias sociaux



### Rendre l'apprentissage interactif

Proposez des ateliers ou des modules informatiques interactifs



### Ajuster les outils d'apprentissage à votre public cible

Utilisez des outils différents pour les athlètes, les entraîneurs et les professionnels de la santé



**Remarque :** les initiatives d'éducation doivent continuer à se concentrer sur les lacunes dans les connaissances concernant l'identification des symptômes et les protocoles de retour au jeu.



## CONSEILS RAPIDES

Pour améliorer le signalement des commotions cérébrales chez les athlètes, vous pouvez :

- Établir des attitudes positives à l'égard des commotions cérébrales
- Amorcer des dialogues ouverts sur les commotions cérébrales
- Encourager les athlètes à s'informer ensemble sur les commotions cérébrales



## LE SAVIEZ-VOUS? JUSQU'À 80 %

des athlètes canadiens estiment que l'identification des symptômes et la compréhension des effets des commotions cérébrales sur le cerveau sont les aspects les plus importants de l'éducation sur les commotions cérébrales. La majorité des athlètes préféreraient également en apprendre davantage sur les commotions cérébrales grâce à des méthodes informatiques, comme des formations en ligne. (Black et coll., 2023).

Pour plus d'information, visitez le [sirc.ca/fr/commotion](https://sirc.ca/fr/commotion)