Définition de la commotion cérébrale

Une commotion cérébrale est une lésion cérébrale traumatique qui modifie le fonctionnement du cerveau, entraînant des signes et des symptômes qui peuvent apparaître immédiatement ou dans les heures ou les jours suivant la blessure. Les symptômes peuvent prendre jusqu'à 7 jours pour apparaître.

Les signes et symptômes d'une commotion cérébrale peuvent être physiques (par exemple, maux de tête, étourdissement), cognitifs (par exemple, concentration réduite, problèmes de mémoire), affectifs/comportementaux (par exemple, dépression, irritabilité) ou liés au sommeil (par exemple, somnolence, difficulté à s'endormir).

Une commotion cérébrale peut être causée par un impact à la tête, au visage, au cou ou au corps, avec une force impulsive transmise à la tête, qui provoque le choc du cerveau dans le crâne (pour une description visuelle d'une commotion cérébrale[1,2], consultez **http://cdn.hockeycanada.ca/hockey-canada/Hockey-Programs/Safety/Concussion/Infographic/english.html**).

Une commotion cérébrale peut avoir lieu sans perte de conscience (en fait, la plupart des commotions cérébrales ont lieu sans causer de perte de conscience)[3].

Une commotion cérébrale n'apparaît pas normalement sur les rayons X, les tomodensitogrammes ordinaires ou l'IRM[4].

Une commotion cérébrale entraîne des symptômes qui, en règle générale, disparaissent après 1 à 4 semaines chez les enfants et les jeunes (18 ans ou moins), mais qui peuvent être prolongés dans certains cas[5,6].

1 Parachute. (2018). *Un guide sur les commotions cérébrales pour les enseignants*. Toronto: Parachute

2 McCrory et coll. (2017). *Consensus statement on concussion in sport—the 5th international conference on concussion in sport held in Berlin, October 2016*. British Journal of Sports Medicine, 51 (11), 838–847. doi:

10.1136/bjsports-2017-097699

3 Parachute. (2017). *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport* (p. 29). Toronto: Parachute.

4 Parachute. (2017). *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport* (p. 29). Toronto: Parachute.

5 Parachute. (2017). *Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport* (p. 8, 30). Toronto: Parachute.

6 McCrory et coll. (2017). *Consensus statement on concussion in sport—the 5th international conference on concussion in sport held in Berlin*, October 2016. British Journal of Sports Medicine, 51 (11), 838–847. doi: 10.1136/bjsports-2017-097699