SANTÉ ET SÉCURITÉ AU HOCKEY

Mark Aubry M.D.

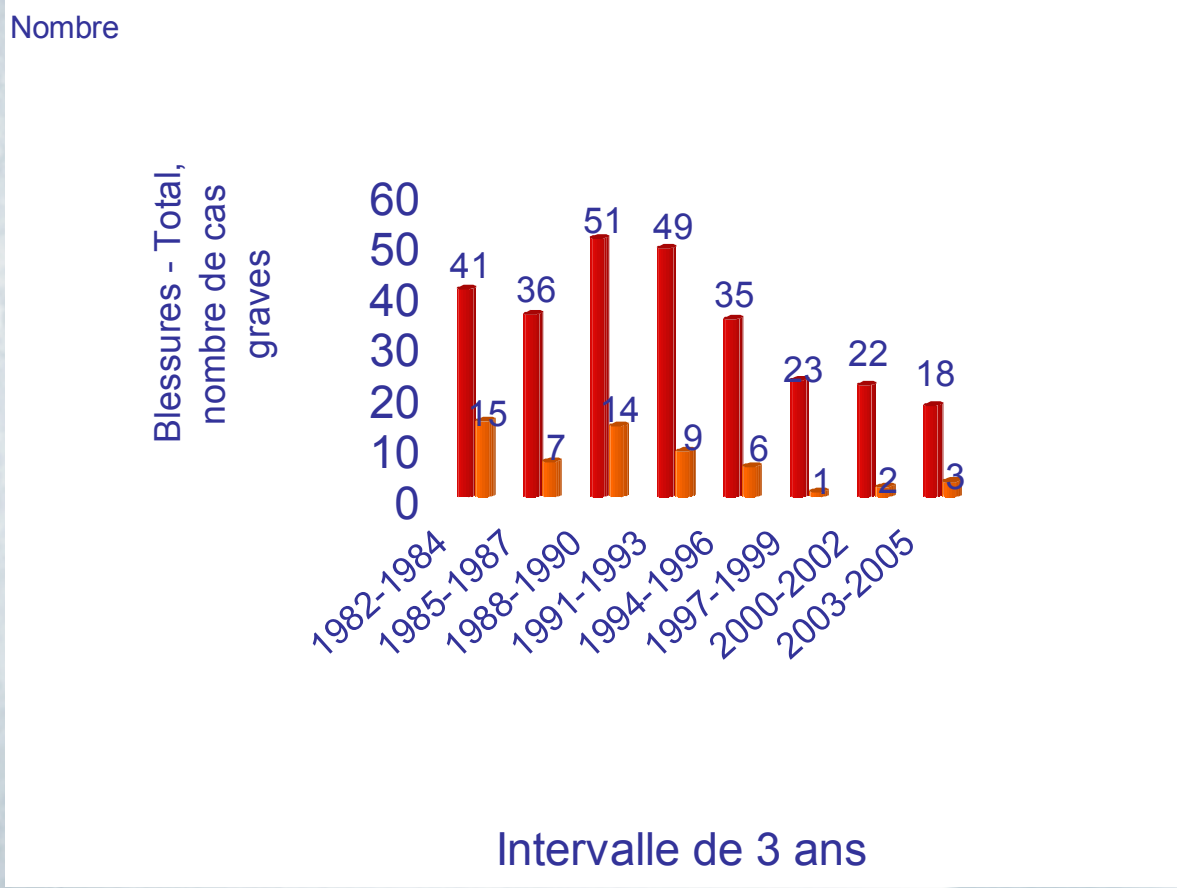
Médecin en chef de Hockey Canada et de la Fédération internationale de hockey sur glace

Santé et sécurité au hockey

1. Blessures à la colonne – De bonnes nouvelles
2. Les commotions à la hausse
3. Mise en échec et blessures
4. Disons « NON » au dopage

De bonnes nouvelles

Blessures à la colonne 1943 - 2005

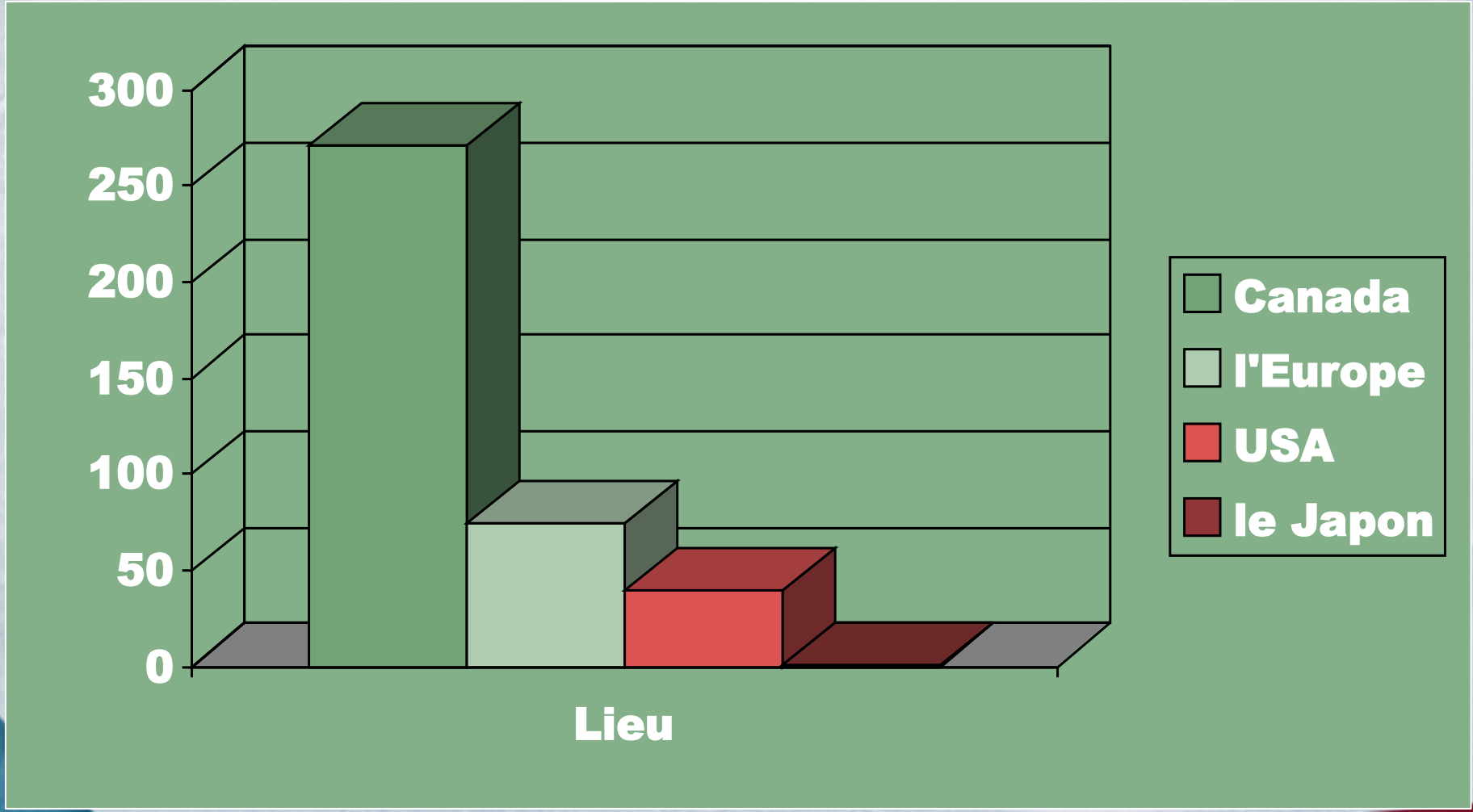


Total

Cas graves**

Blessures graves : CM+CS, CM+IS, CM

Lieu



PENSEZ D'ABORD!

AUCUNE MISE EN ÉCHEC PAR-DERRIÈRE!

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Conclusions

Les blessures à la colonne sont catastrophiques.

- *Grave problème au hockey depuis 1980*
- *Causes* → • **Multifactorielles**
- *Prévention – Multifactorielle* → ↑ **Connaissance du mécanisme**
  - ↓ **Blessure**
  - ↓ **Risque de blessure**

Il est possible de prévenir ces blessures!

QUEBEC HOCKEY SUMMIT MONTRÉAL 2011

Commotions cérébrales à la hausse

Faits saillants :

- Concernent tous les âges
- Les jeunes sont plus à risque.
- L'effet de chaque commotion est cumulatif (moins de force pour la prochaine et les symptômes durent plus longtemps).
- L'agresseur cherche une victime (culture du hockey)
- Faute de la victime (tête basse)

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Préoccupations liées aux commotions

- Les effets des petits coups à la tête sont aussi importants que ceux qui causent la commotion.
- L'encéphalopathie traumatique chronique (démence précoce) est maintenant diagnostiquée au hockey.
- Le nombre de commotions forcera les joueurs à abandonner le sport.

Changement des règles et renforcement

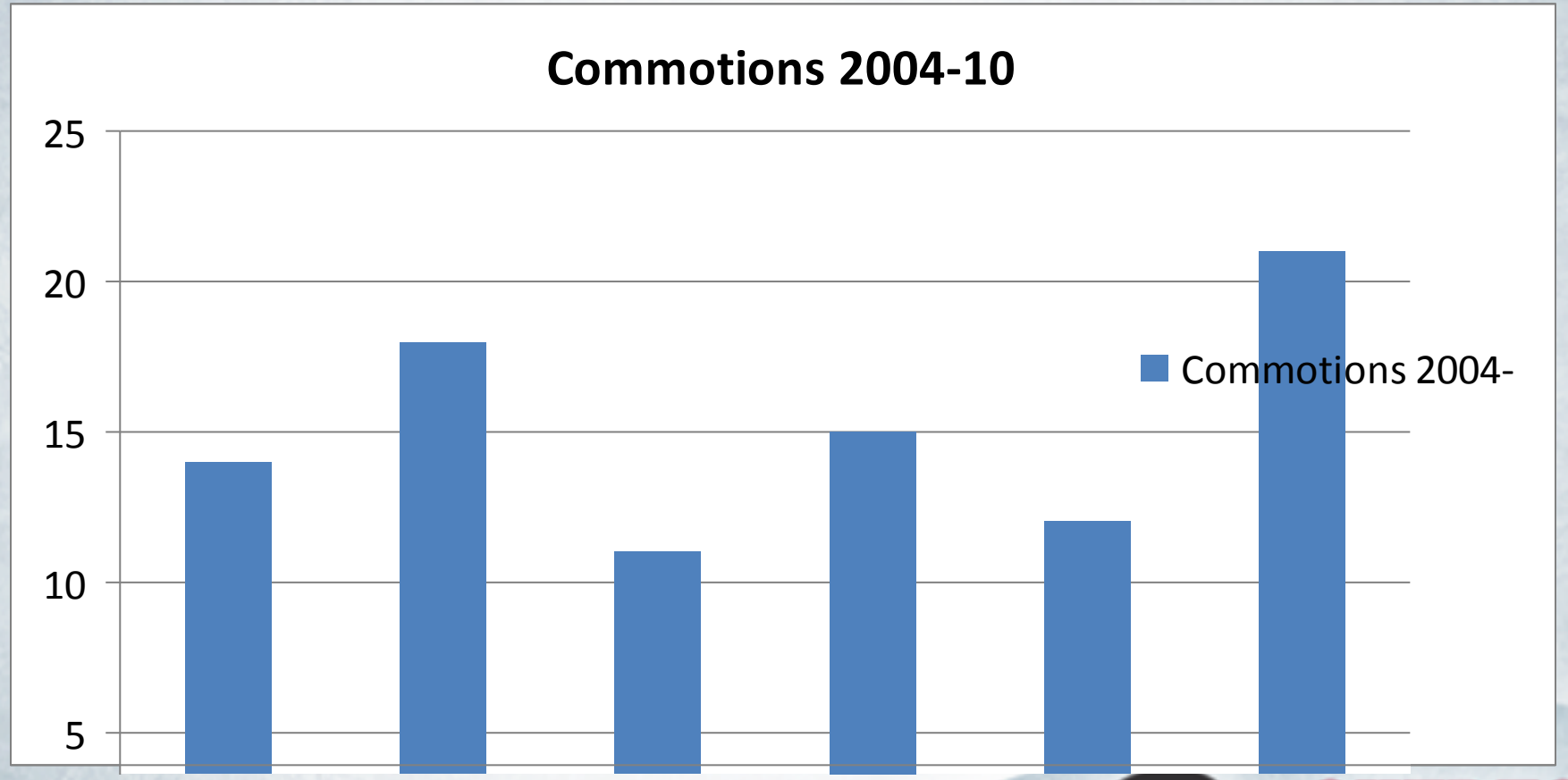
Un facteur important dans la prévention des commotions

Voici quelques-unes des étapes clés survenues au hockey international :

2002-03	Aucun contact avec la tête
2005-06	Renforcement des règles
2007-08	Système à deux arbitres
2006-08	Règles accentuées

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Commotions aux championnats FIHG



QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Prévention

- Les casques ne protègent pas contre une commotion cérébrale.
- Ils protègent contre une hémorragie, une fracture
- Aucune preuve que les protèges-dents vont prévenir une commotion.

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Reglement de Hockey Canada

- Tolérance zéro envers les contacts avec la tête
- Punitions plus sévères pour les coups intentionnels
- Éducation des administrateurs, entraîneurs, officiels, parents, joueurs
- Respect pour la tête des joueurs

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Prévention des commotions

- Garder la tête haute
- Savoir où sont les joueurs sur la glace
- Aucun contact avec la tête
- Éducation – Faire connaître aux joueurs les risques et les conséquences des contacts avec la tête

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Commotions – Prochains défis

- Continuer le programme d'éducation des administrateurs, entraîneurs, joueurs et parents
- Renforcer les règles et leur application? Les règles n'ont aucun impact si elles ne sont pas appliquées.
- Nouvelle règle de Hockey Canada – Contact avec la tête
- Apprendre de l'histoire des blessures à la colonne
- Respect et franc-jeu

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

1, 2, 3 Symposium international sur les commotions dans le sport - 2001-08

PARTENARIAT

- FIHG
- CIO
- FIFA
- IRB

CONSENSUS

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Consensus

- Definition
- SCAT2
- Retour au jeu
- Neuropsychologie
- Recherche

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

RETOUR AU JEU?

EN DOUTE …

?

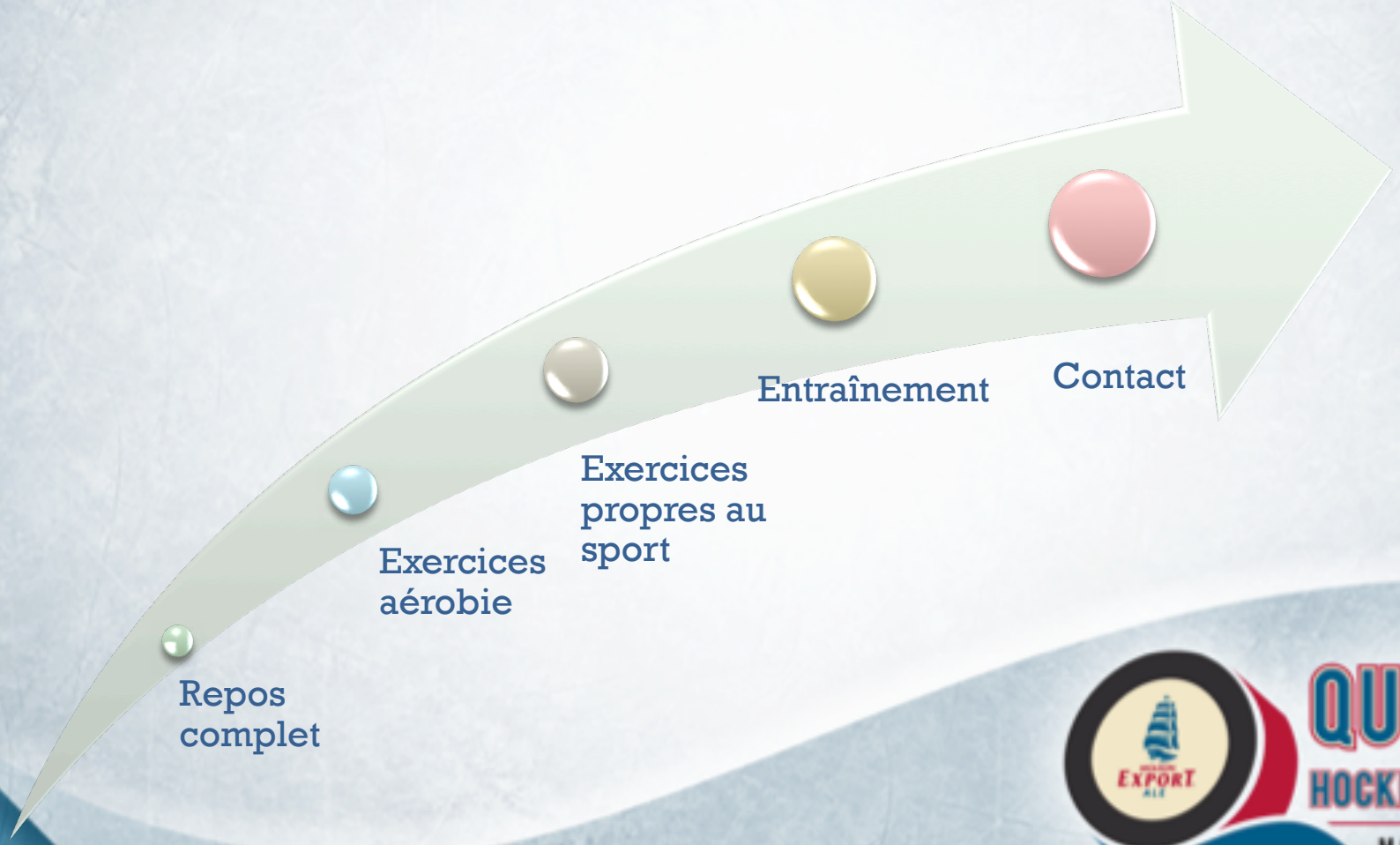
?

AUCUN

RETOUR

GLACE

Processus graduel pour le retour au jeu
Consensus sur les commotions cérébrales



QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Modificateurs
Prédiction de la gravité

- Joueurs <18 ans
- Commotion precédente
- Comportement agressif
- Filles ?

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Pédiatrie

- Aucun retour au cours de la même partie
- Rétablissement plus long
- Repos physique et mental
- Les tests de neuropsychologie changent avec le développement.

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Préoccupations liées à la sécurité

DÉVELOPPEMENT

MISE EN ECHEC

BLESSURES

QUEBEC
HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Distinction Entre Mise en Echec Corporelle et Contact Physique

- Hockey Quebec établit bien la distinction
- Contact physique seulement à l'âge pee-wee
- Règlement mise en place aux États Unis

Contact physique

- Tactique défensive
- Restraint le movement du porteur de la rondelle
- L'aide du patinage
- L'angle d'approche
- Le Positionnement

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Mise en échec corporelle

- Tactique défensive
- Joueur défensif utilise son corps
- Utilise la hanche, le haut de son corps
- Complétée au dessus des hanches, et sous le cou de l'adversaire

BEC
UMMIT
MONTRÉAL 2011

Blessures et mise en échec corporellle

Vingt-deux (22) études importantes

- Facteurs de risque : âge, séance, niveau, mise en échec, poids/ taille

Conclusions

- Risque de blessure plus élevé lors des matchs (4X)
- Risque de blessure plus élevé en présence de mises en échec (2,5 X)
- Risque élevé de commotions cérébrales (1,7 X)

Warsh et al., Clin. J. Sport Med., 2009:134-44
Emery et al., Injury Prevention, April 2010

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Blessures et mise en échec

Résultats – Études comparatives – MÊME ÂGE

- Quatre (4) études comparant des groupes du même âge
- Risque de blessure plus élevé dans les équipes où la mise en échec est permise
- Étude Alberta/Québec (N=2054) auprès d'équipes pee-wee (11-12 ans) pendant une saison
- Risque de blessure 3,26 X plus élevé en Alberta
- Risque de commotion cérébrale 3,88 X plus élevé en Alberta

Warsh et al., Clin. J. Sport Med., 2009:134-44
Emery et al., Injury Prevention, April 2010

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Nouvelle étude

- Le risque de blessure dans le groupe d'âge plus vieux pourrait être plus bas si la mise en échec était introduite à un plus jeune âge.

- Cependant le risque de commotion est plus élevé dans le groupe 13-14 ans qui a déja eu une commotion

- **Emery et al. JCAM, June 2011**

Contact Physique au hockey féminin

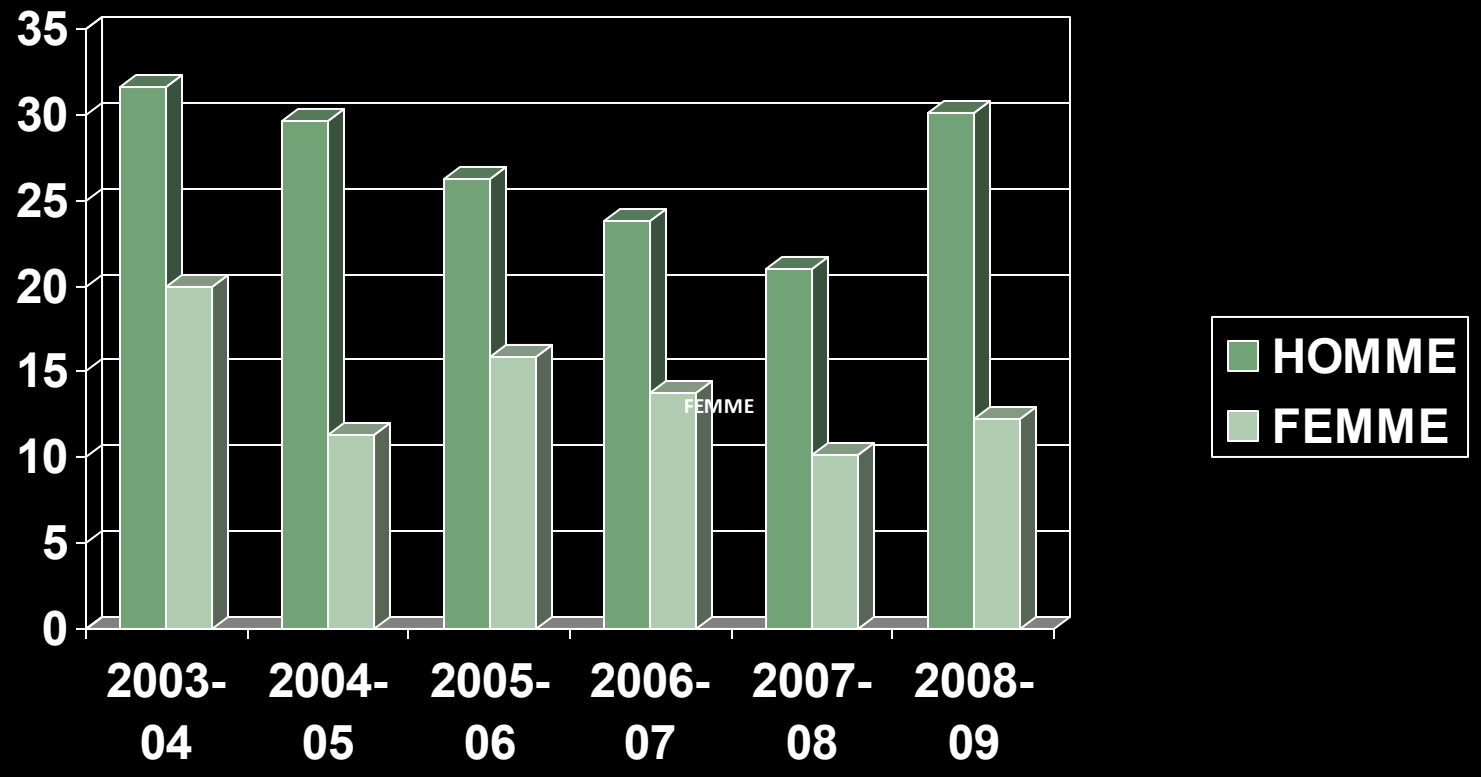
AUCUNE MISE EN ÉCHEC MAIS LE CONTACT PHYSIQUE EST PERMIS

FAITS INTÉRESSANTS :

- Le risque de blessure est beaucoup plus bas dans toutes les années de signalement.
- La majorité des blessures sont le résultat de contacts accidentels.
  - Système de signalement des blessures de l'IIHF

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

RISQUE DE BLESSURE– HOMME VS FEMME



Préoccupations liées à la mise en échec

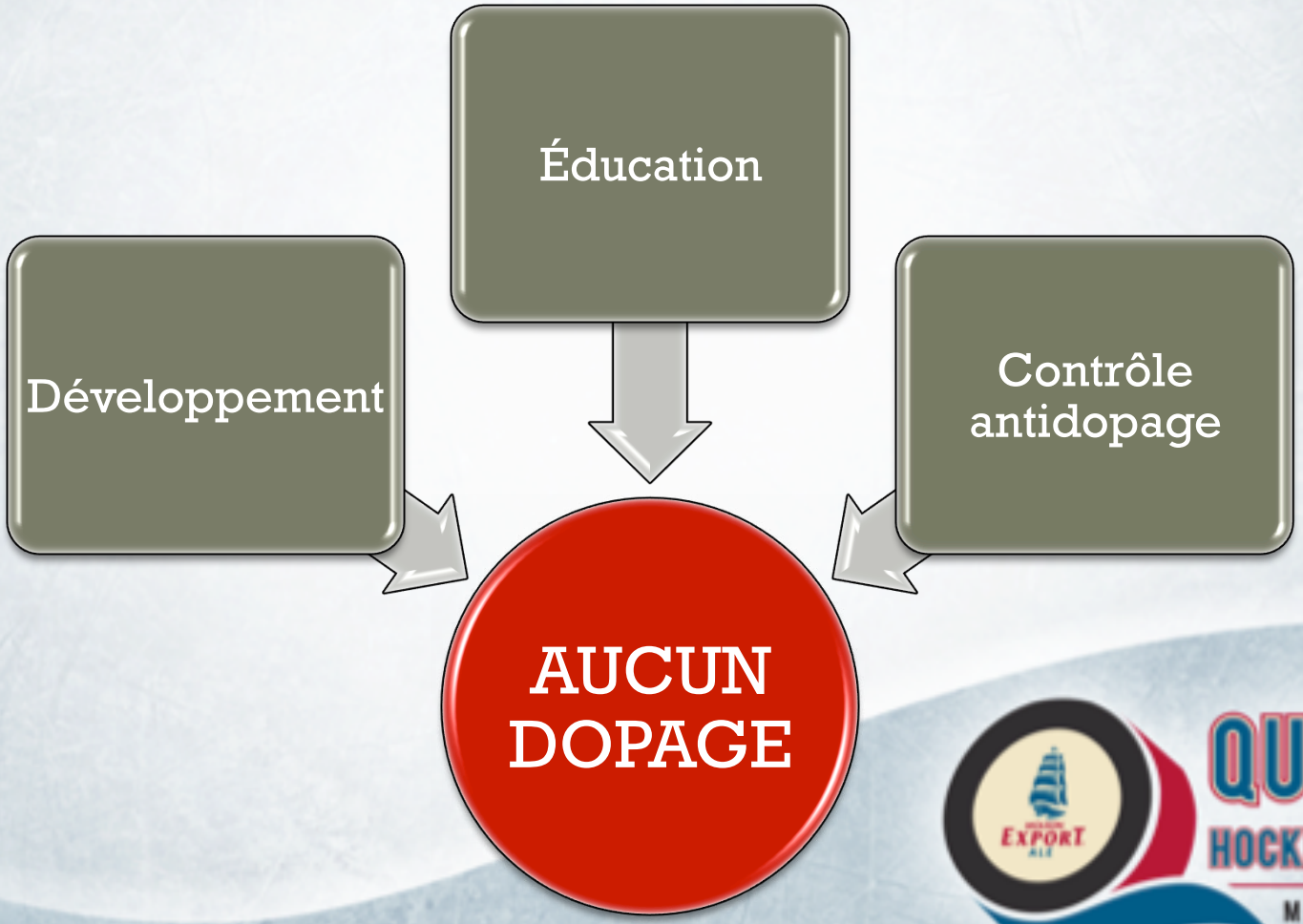
- *L'effet des commotions est cumulatif.*
- *La perte de joueurs qui abandonnent le sport à cause de la rudesse.*

Considérations liées à la santé et au développement

- Enseigner une habileté à la fois.
- La mise en échec corporelle est une habileté et non « une permission de tuer ».
- Introduire la mise en échec progressivement à un âge approprié.
- S'exercer à la mise en échec lors des entraînements avant de l'intégrer aux matchs.
- La prévention des blessures est une habileté (éducation).

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Relation entre le dopage et le développement dans le sport



QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

PROJET <<RONDELLE VERTE>>

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Appui des joueurs

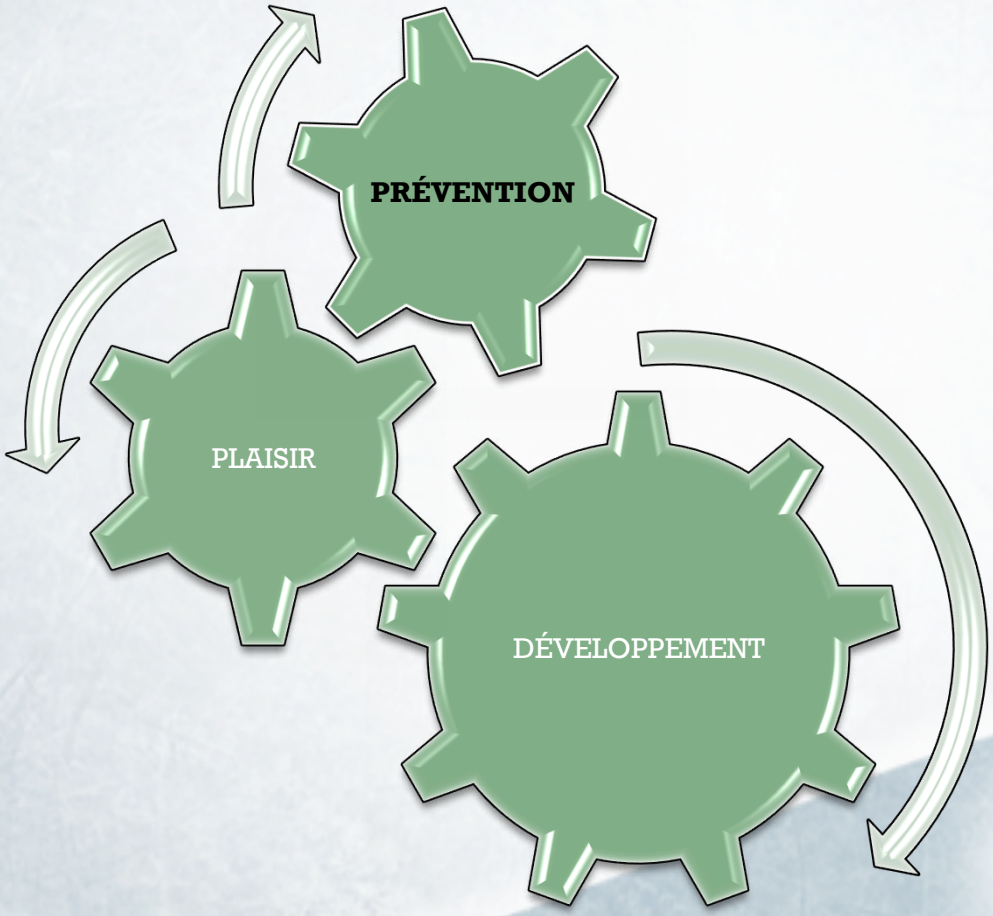
QUEBEC
HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Dévelopement Physique

- Nutrition
- Entraînement
- Suppléments
- Stimulants

QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Se souvenir des buts



QUEBEC HOCKEY SUMMIT
MONTRÉAL 2011

Merci

Mark Aubry M.D.

- *Médecin en chef de Hockey Canada et de la Fédération internationale de hockey sur glace*