

# Traumatisme crânio-cérébral léger et physiothérapie



Par Daphnée Dumouchel, Frédérique Jacques, Marie-Eve Landry, Valérie Marenger, Ana Diana Tapes, Marie-Louise Therrien

Sous la supervision de Guillaume Léonard

## Contexte

Incidence **élevée** de commotion cérébrale dans les sports



Symptômes post-commotionnels **persistants** plusieurs semaines à plusieurs mois



Assurer une prise en charge **optimale**



Assurer une **résolution rapide** et efficace des symptômes.



# Problématique

**Plusieurs modalités** proposées en physiothérapie pour le traitement des commotions cérébrales



Difficile de discerner les **interventions** qui sont recommandées et efficaces.

# Objectifs


Explorer et synthétiser les données probantes portant sur l'efficacité des interventions en physiothérapie pour accélérer la résolution des symptômes des athlètes présentant des céphalées à la suite d'un traumatisme crano-cérébral léger.





# Synthèse des évidences


Bases de données utilisées : PubMed et CINAHL


Critères d'inclusion :

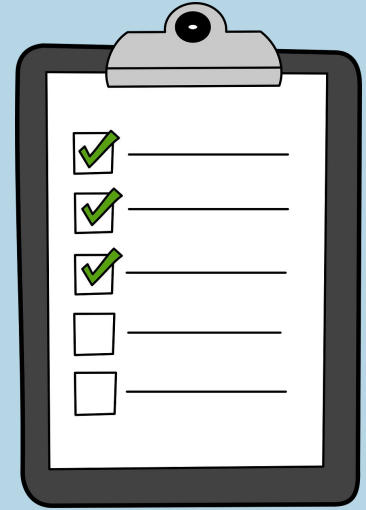
 Population étudiée devait présenter des **céphalées** post-TCC léger

 Population étudiée devait être des **athlètes** ou des individus pratiquant un sport

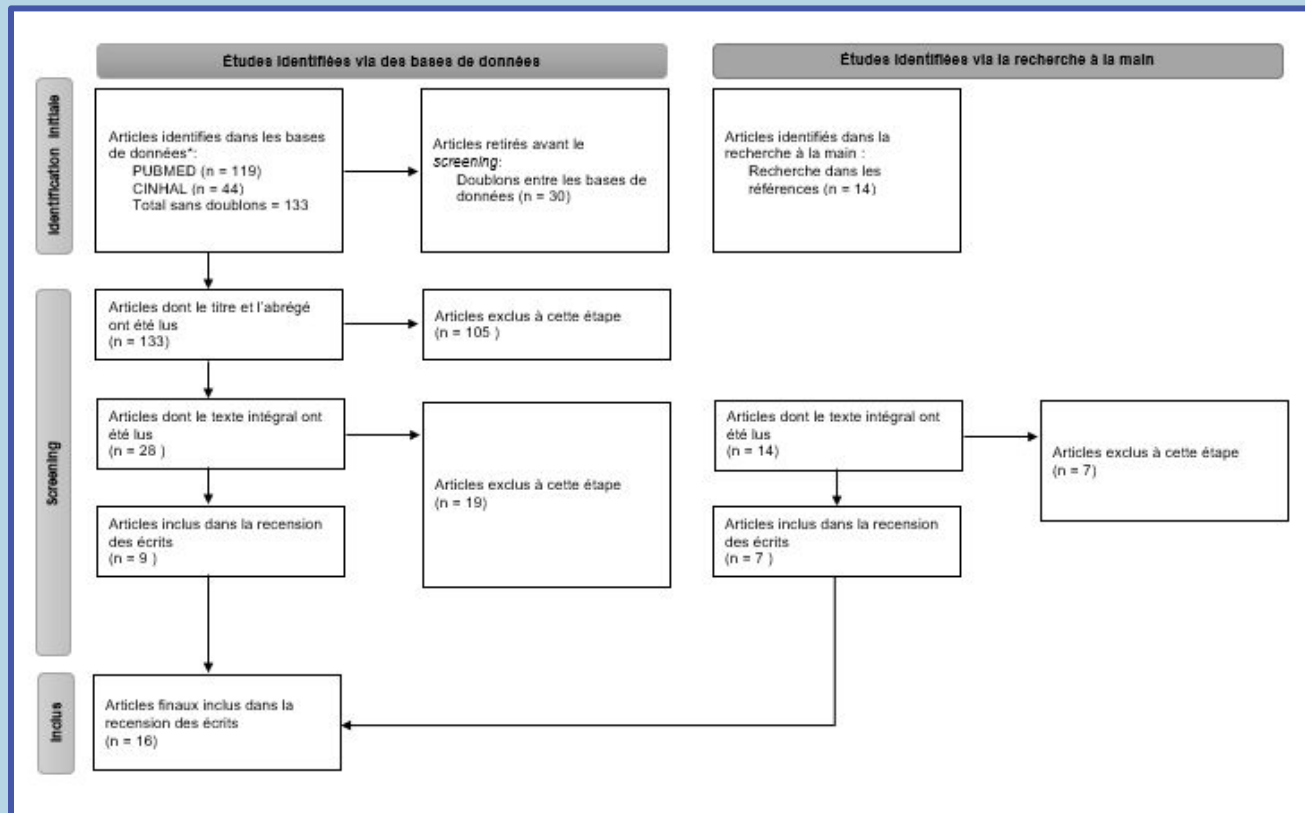
 Études portant sur une clientèle ayant reçu un **diagnostic** de TCC léger associé à la pratique d'un sport

 Études devaient inclure des **interventions** en physiothérapie afin de traiter les céphalées post-TCC léger

 Études portant sur des interventions visant le traitement des céphalées post-TCC léger effectuées par d'autres professionnels de la santé et pouvant être **reproduites** dans le cadre d'une séance de physiothérapie



# Collecte des données



# Analyse des données

## Haut niveau d'évidence :

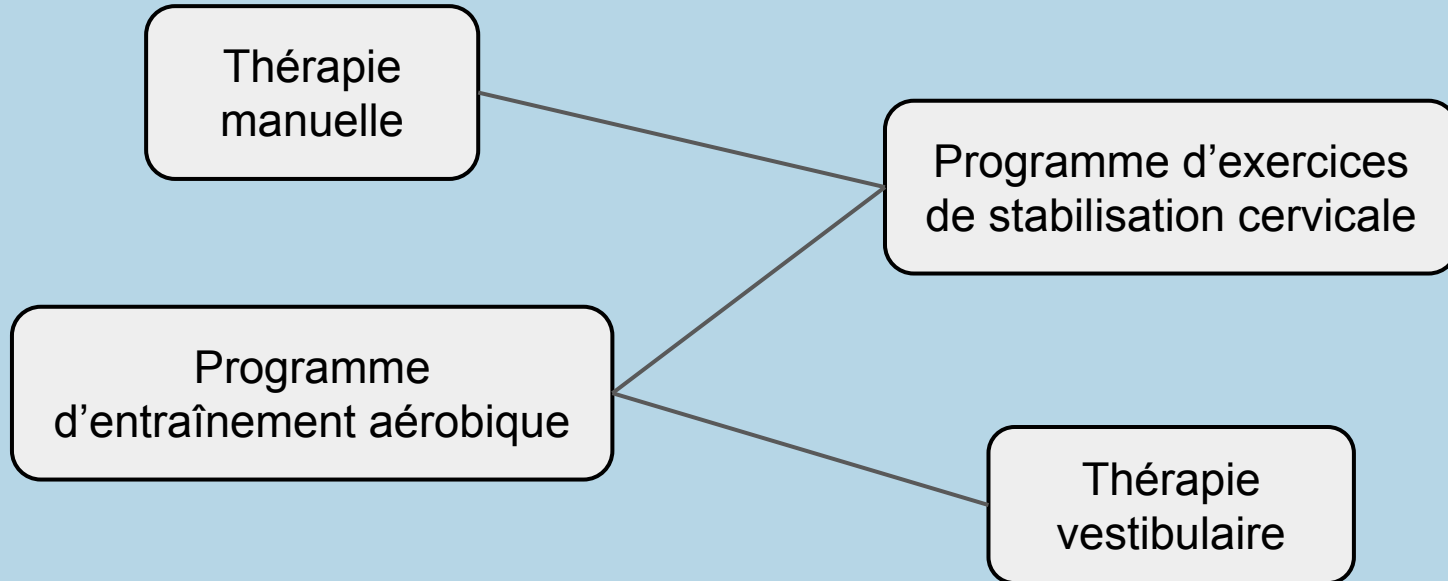
- 4 études de cohorte rétrospective
- 1 étude de cohorte prospective
- 2 essais contrôlés randomisés
- 2 revues systématiques

## Faible niveau d'évidence :

- 4 études de cas
- 4 devis à sujet unique

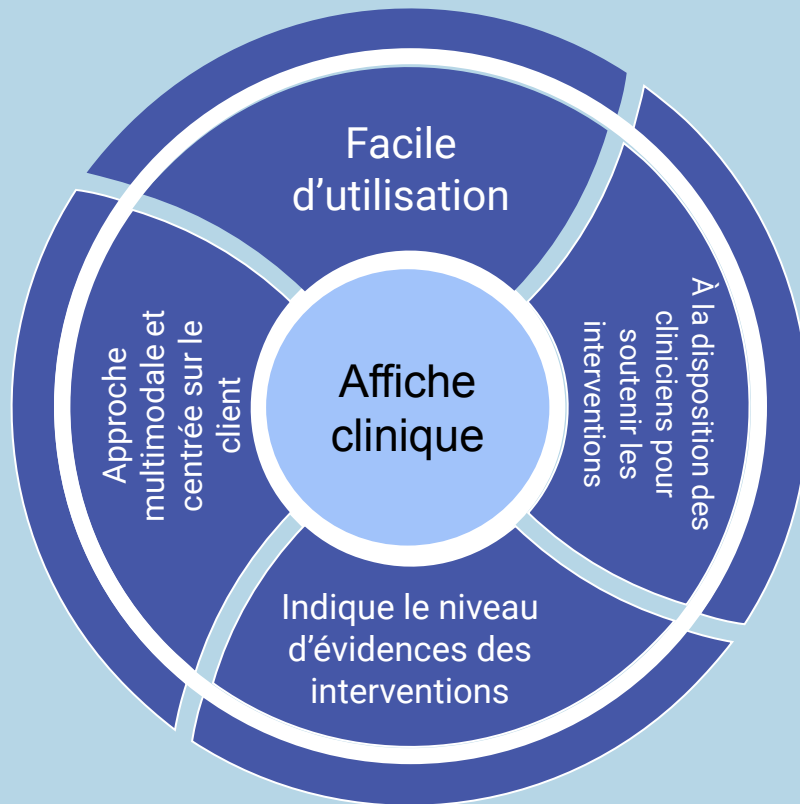
# Résultats

## 4 types d'intervention en physiothérapie





# Produit de mobilisation des connaissances

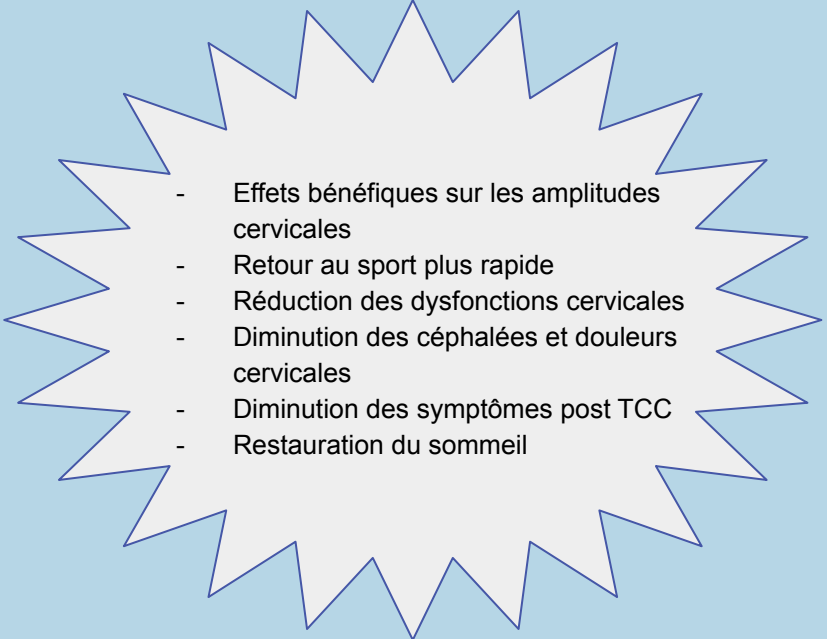




# Techniques manuelles

- Thérapie manuelle cervico-thoracique (mobilisations articulaires)

- Relâchement myofascial
- Techniques de réduction de l'hypotonicité des groupes musculaires de la région cervicale
- Manipulation cervicales thérapeutiques
- Drainage lymphatique

- 
- A large, white, multi-pointed starburst shape with a blue outline, containing a list of benefits.
- Effets bénéfiques sur les amplitudes cervicales
  - Retour au sport plus rapide
  - Réduction des dysfonctions cervicales
  - Diminution des céphalées et douleurs cervicales
  - Diminution des symptômes post TCC
  - Restauration du sommeil



## Programme d'exercices de stabilisation cervicale

Exercices ciblant le renforcement des fléchisseurs profonds et des extenseurs du cou dans le but d'augmenter la stabilité cervicale.

- Diminution des céphalées et des douleurs cervicales
- Amélioration du contrôle moteur cervical
- Amélioration de la fonction physique



## Programme d'entraînement aérobique

Exercices cardiovasculaires sous-maximaux, par exemple vélo stationnaire, marche et course sur tapis roulant, exercices progressifs spécifiques au sport.

- Diminution des céphalées
- Amélioration du bien-être et de la qualité de vie
- Amélioration de la perception d'handicap
- Favorise le retour aux activités

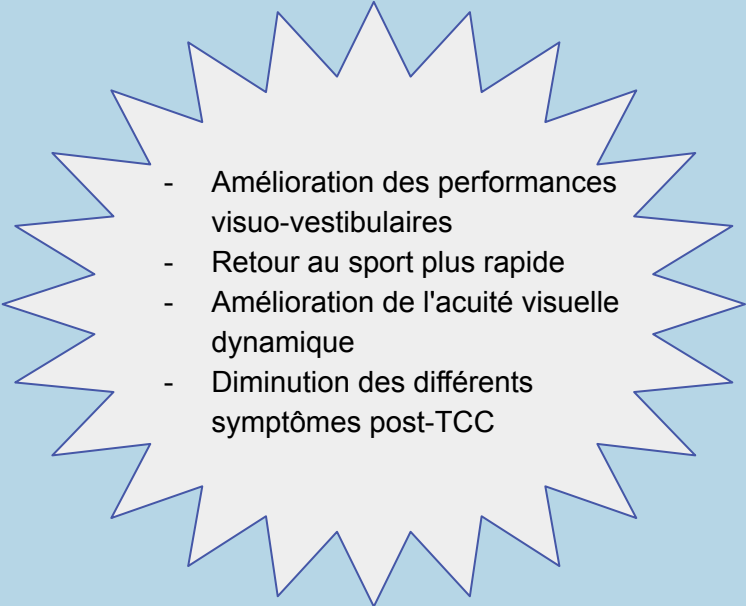


# Thérapie vestibulaire

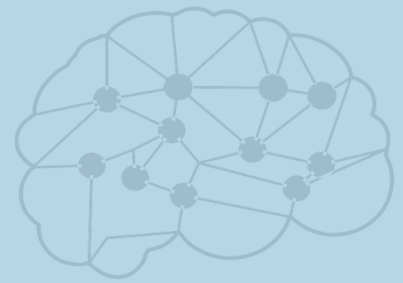
- Exercices d'équilibre (unipodal, tandem)
- Techniques de repositionnement canolithes

- Exercices de contrôle postural dynamique avec restriction visuelle et surfaces variables
- Exercices visuels et oculomoteurs (saccades, convergence et stabilité du regard)

- Exercices de progression du RVO

- 
- Amélioration des performances visuo-vestibulaires
  - Retour au sport plus rapide
  - Amélioration de l'acuité visuelle dynamique
  - Diminution des différents symptômes post-TCC

# Conclusion



- Selon notre recension des écrits, les interventions à prioriser en physiothérapie sont :
  - **la thérapie manuelle**
  - **la réadaptation vestibulaire**
  - **l'exercice aérobique**
  - **un programme de stabilisation cervicale**
- **À retenir** : Adresser cette condition selon une **approche multimodale et centrée sur la personne**.
- **Limites**: Pas de paramètres précis dans les études pour les différentes interventions.
- Étant donné le faible niveau d'évidence de la plupart des études incluses dans notre synthèse, des études supplémentaires pour soutenir ces interventions seraient pertinentes.
- **Résultats futurs** : Classification des commotions → lignes directrices de traitement

# Questions

---

