

Retour à l'apprentissage

Le protocole de retour à l'apprentissage (RAA) peut débuter **48 heures** après l'incident. Il doit être suivi en fonction des symptômes du sportif. L'accompagnement par un professionnel de la santé expert en commotions cérébrales peut faciliter un retour vers les activités cognitives.

En présence de nouveaux symptômes ou une augmentation des symptômes, le sportif doit revenir à l'étape précédente.

Étape	Objectif	Exemples
1	Reprise graduelle des activités de la vie quotidienne	Lecture, texto, écran... (5 à 15 minutes à la fois)
2	Reprise graduelle des activités scolaires à la maison	Devoirs, lectures, études...
3	Retour à l'école progressif (Temps partiel)	Introduction du travail en classe (1/2 journée, pauses fréquentes)
	→ <i>Sans symptômes</i>	
4	Retour à l'école (Temps plein)	Reprise complète des activités scolaires



Le sportif ne doit pas s'absenter plus de **2 jours** de l'école. Il est important de favoriser des **aménagements** en fonction des symptômes de l'enfant pour lui permettre de **réintégrer** sa classe graduellement.

Le protocole de **retour à l'apprentissage** doit être complété avant un retour **COMPLET** au sport.