

# Commozione cerebrale

## Lista di controllo per allenatrici e allenatori

Le commozioni cerebrali spesso passano inosservate, con il rischio che si manifestino complicazioni a lungo termine. Questa lista di controllo aiuta a identificare possibili commozioni cerebrali sul campo da gioco e ad adottare le prime misure corrette.

### Come avviene una commozione cerebrale?

Dopo un colpo diretto o indiretto alla testa, ad esempio in seguito a una collisione, a una caduta con impatto al suolo o contro un oggetto.

**Sospetto di commozione cerebrale:  
restare fuori dal campo.**



Un altro episodio può avere conseguenze gravi.  
Il ritorno in campo deve avvenire solo dopo una valutazione medica.

### Come si riconosce una commozione cerebrale?

Trovi i segnali di allarme e altri sintomi sul retro



Questa lista di controllo serve come guida per le persone senza formazione medica, da utilizzare in caso di sospetta commozione cerebrale durante partite o allenamenti. Non si tratta di uno strumento diagnostico e non sostituisce in alcun modo la diagnosi medica. L'UPI e i suoi partner declinano ogni responsabilità per eventuali danni diretti o indiretti o danni consequenziali provocati dall'uso di questa lista di controllo.

La lista di controllo è stata sviluppata sulla base dello strumento di riconoscimento della commozione cerebrale (CRT6) e in collaborazione con l'UPI, Ufficio prevenzione infortuni, l'Associazione Svizzera di Football (ASF), la Società di medicina dello sport svizzera (SEMS) nonché esperte ed esperti del settore medico.

# Come si riconosce una commozione cerebrale?

