

# Commotion cérébrale

## Checklist pour entraîneur·euses

Les commotions cérébrales ne sont souvent pas détectées, ce qui peut entraîner l'apparition de complications tardives. Cette liste de contrôle aide à identifier d'éventuelles commotions cérébrales sur le terrain et à prendre les premières mesures correctes.

### Comment une commotion cérébrale peut-elle survenir?

Après un choc direct ou indirect à la tête, en raison d'une collision, d'un choc contre le sol ou avec un objet par exemple.

**En cas de suspicion de  
commotion cérébrale:  
Il faut rester sur la touche.**



Un nouvel incident peut en effet avoir de graves conséquences.  
Le retour sur le terrain doit avoir lieu uniquement après un contrôle médical.

### Comment reconnaître une commotion cérébrale?

Signaux d'alerte et autres symptômes au verso



Cette liste de contrôle sert de guide aux personnes ne disposant pas d'une formation médicale pour gérer d'éventuelles commotions cérébrales lors des matches et entraînements. Il ne s'agit pas d'un outil de diagnostic et ne remplace en aucun cas un diagnostic médical. Le BPA et ses partenaires ne répondent en aucun cas d'éventuels dommages directs, indirects ou consécutifs résultant de l'utilisation de ces informations.

La checklist a été élaborée sur la base de l'outil de reconnaissance des commotions cérébrales (CRT6) en collaboration avec le BPA, Bureau de prévention des accidents, l'Association Suisse de Football ASF, la Suva, la société suisse Sport & Exercise SEMS ainsi que des spécialistes médicaux.

# Comment reconnaître une commotion cérébrale?

