

Pour gérer un athlète avec
une commotion cérébrale,
souvenez-vous des 4R :

RECONNAÎTRE

RETIRER

RÉFÉRER

RETOURNER


SIRC


Parachute


Canada

RECONNAÎTRE – Les signes et symptômes d'une commotion cérébrale peuvent apparaître jusqu'à 48 heures après une blessure. Vous pouvez souffrir d'une commotion même si vous n'avez pas perdu connaissance.

RETIRER – Si un athlète démontre des signes d'une commotion cérébrale, il doit être retiré du jeu.

RÉFÉRER – Si une commotion cérébrale est suspectée, l'athlète doit être référé à un expert médical et évalué dès que possible.

RETOURNER – Retourner l'athlète aux études puis au jeu selon les recommandations des experts.

Consultez notre site web pour plus d'information concernant comment gérer des commotions cérébrales en toute sécurité, pour les protocoles dans le domaine du sport, pour des ressources pour les entraîneurs, et plus encore.

sirc.ca/comotions

Faisons du sport avec prudence.