

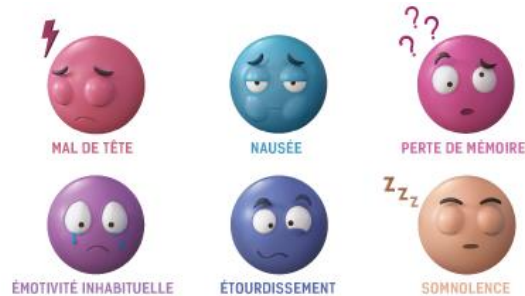
## Information aux entraîneurs

### FAITES-VOUS UNE TÊTE SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES !

La commotion cérébrale est une blessure invisible qui survient à la suite d'un impact direct à la tête ou d'un impact à toute autre partie du corps causant un rapide mouvement de va-et-vient de la tête qui fait en sorte que le cerveau heurte les parois de la boîte crânienne.

### LES SIGNES ET SYMPTÔMES

Les symptômes pour la détecter peuvent apparaître jusqu'à 48 heures après l'impact.



Pour la liste complète des signes et des symptômes, consultez la fiche de suivi du [PROTOCOLE DE GESTION](#) des commotions cérébrales pour le milieu de l'éducation et dans le cadre d'activités récréatives et sportives.

### VOS RESPONSABILITÉS EN TANT QU'ENTRAÎNEURS

[CONSULTEZ LA VIDÉO EN LIEN AVEC LE PROTOCOLE DE GESTION DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES, ADAPTÉE AU HOCKEY.](#)

En tant qu'entraîneur, vos responsabilités sont d'assurer une surveillance, de signaler tout incident qui suggère la présence d'une commotion cérébrale et de retirer immédiatement le joueur de l'activité. De plus, respectez les avis médicaux et la procédure de reprise graduelle des activités présentée dans le protocole de gestion des commotions cérébrales.

La fiche de suivi proposé dans le protocole doit être utilisée dès le retrait d'un joueur suite à une commotion cérébrale potentielle.

En plus de remettre aux joueurs le communiqué prévu à cet effet, il est fortement suggéré aux entraîneurs de réserver un moment avec leurs joueurs afin de bien leur expliquer les notions suivantes :

- Comment survient une commotion cérébrale ?
- Quels sont les signes et symptômes ?
- Quel est le protocole de gestion des commotions cérébrales ?

Pour aider les entraîneurs à préparer cette discussion, ou pour de plus amples informations, ils peuvent [CONSULTER LA SECTION COMMOTIONS CÉRÉBRALES](#) disponible dans le programme de Santé et de Sécurité sur le site de Hockey Québec.