Quand arrêter de jouer?

Liste de vérification pour les parents de jeunes sportifs

STALLION SPORT CLUB

Douleur : on arrête et on demande l'avis d'un professionnel si...

- [ ] Une douleur vive est apparue d'un coup.
- [ ] Une articulation est enflée ou instable.
- [ ] L'enfant boite ou a du mal à s'appuyer sur la jambe.
- [ ] La douleur revient à chaque pratique.

Après un coup à la tête : on retire du jeu et on consulte si...

- [ ] Maux de tête ou étourdissements.
- [ ] Confusion ou difficulté à se concentrer.
- [ ] Nausées.
- [ ] Sensibilité à la lumière.

À retenir

Commotion soupçonnée : pas de retour au jeu le même jour.

Dans le doute, on arrête et on en parle à l'entraîneur.

Repères généraux. Cette liste ne remplace pas l'avis d'un professionnel de la santé.

stallionsportclub.ca

514-467-9933 | stallionsportclub@gmail.com