



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



Rapport et recommandations de l'ANM

Communiqué. La prévention des commotions cérébrales liées aux pratiques sportives doit être renforcée[☆]

Académie nationale de médecine

16, rue Bonaparte, 75272 Paris cedex 06, France

Les commotions cérébrales (CC) sont une conséquence majeure des traumatismes crâniens dans la pratique sportive, particulièrement chez les jeunes [1]. Longtemps considérées comme bénignes, elles peuvent entraîner des troubles neurocognitifs, émotionnels et comportementaux parfois durables, surtout en cas de répétition. Les sports de contact (rugby, football, hockey, etc.) ou de combat (boxe [2], autres sports de combat...) sont les plus concernés, mais peu de sports sont totalement épargnés.

1. Des progrès, mais une vigilance encore insuffisante

Malgré les campagnes de sensibilisation et l'évolution des règlements, la détection précoce et la prise en charge des CC restent inégales selon les sports et les niveaux de pratique [3–5]:

- de nombreux cas demeurent non signalés, et donc non diagnostiqués, par méconnaissance ou par minimisation des premiers symptômes ;
- le suivi médical post-commotionnel est encore trop aléatoire et de qualité variable, en particulier chez les jeunes sportifs ;
- les risques liés à la reprise trop précoce du sport sont souvent sous-estimés.

Dans le football, le jeu du ballon de façon répétée avec la tête chez les enfants et les adolescents suscite une vigilance croissante [6,7]. Plusieurs fédérations sportives étrangères (Royaume-Uni, États-Unis, Canada) ont déjà interdit ou limité les 'têtes' à l'entraînement chez les moins de 12 ans. En France, elles demeurent autorisées, mais une réflexion est engagée pour en restreindre la pratique à certains âges et dans des conditions encadrées.

Afin de renforcer la prévention des commotions cérébrales et la sécurité des sportifs, l'Académie nationale de médecine :

- Souligne l'importance d'une surveillance spécifique des jeunes sportifs, plus vulnérables aux effets des traumatismes crâniens répétés ;
- Souligne que, dans le cadre des sports de combat, la règle des 10 secondes doit être abolie et qu'une chute à terre résultant d'une frappe

à la tête doit devenir l'équivalent d'un *knock-out* et entraîner obligatoirement l'arrêt du combat ;

- Rappelle que la commotion cérébrale liée au cours de la pratique sportive est une urgence fonctionnelle, nécessitant une évaluation clinique neurosensorielle et cognitive immédiate avec une période de repos adaptée ;
- Insiste sur la nécessité d'un suivi médical après CC, intégrant un test neurocognitif de référence et un protocole de reprise très progressive de l'entraînement avant tout retour à la compétition ;
- Souligne la responsabilité de l'ensemble des acteurs, car la prévention repose sur l'engagement conjoint des ministères de la Santé, des Sports et de l'Éducation nationale, des fédérations sportives, des encadrants, du corps médical et des sportifs eux-mêmes ;
- Recommande la formation systématique des entraîneurs, arbitres et éducateurs à la reconnaissance des premiers signes de CC.

Déclaration de liens d'intérêts

Les auteurs déclarent ne pas avoir de liens d'intérêts.

Références

- [1] Bigard X, Vital JM. Les effets néfastes retardés du sport intensif. Partie 1. Les commotions cérébrales dans le sport. *Bull Acad Natl Med* 2025;209:617–29.
- [2] Donnelly RR, Ugbolue UC, Gao Y, et al. A systematic review and meta-analysis investigating head trauma in boxing. *Clin J Sport Med* 2023;33:658–74.
- [3] May T, Foris LA, Donnally CJ, et al. Second impact syndrome. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 [PMID : 28846316; Bookshelf ID: NBK448119].
- [4] Henrion R, Cabanis EA. A propos de la commotion cérébrale chez les sportifs. In: *Communiqué de l'Académie nationale de médecine*; 2012.
- [5] Tooth XC, Kaux J-F, Leclerc S. Épidémiologie des commotions cérébrales dans le sport. *J Traumatol Sport* 2024;41(3):200–4.
- [6] McCunn R, Beaudouin F, Stewart K, et al. Heading in football: incidence, biomechanical characteristics, and the association with acute cognitive function—A three-part systematic review. *Sports Med* 2021;51(10):2147–63.
- [7] Langdon S, Goedhart E, Oosterlaan J, et al. Heading exposure in elite football (Soccer): a study in adolescent, young adult, and adult male and female players. *Med Sci Sports Exerc* 2022;54(9):1459–65.

[☆] Communiqué de la Plateforme de Communication Rapide de l'Académie, 5 décembre 2025.

<https://doi.org/10.1016/j.banm.2025.12.021>

Disponible en ligne le 19 décembre 2025

0001-4079/© 2025 l'Académie nationale de médecine. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés, y compris ceux relatifs à la fouille de textes et de données, à l'entraînement de l'intelligence artificielle et aux technologies similaires.