

Hoja Informativa de Contusión Cerebral

Una contusión cerebral es una lesión al cerebro y todas las lesiones cerebrales son serias. Estas son causadas por un golpe o sacudida a la cabeza, o por un golpe a cualquier otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Estas pueden oscilar desde leves a severas y pueden afectar la manera en la cual el cerebro normalmente funciona. Aunque la mayoría de las contusiones cerebrales son leves, **todas las contusiones cerebrales son potencialmente serias y podrían resultar en complicaciones, incluyendo daño cerebral prolongado y muerte si no se reconocen y se manejan apropiadamente.** En otras palabras, aún un "golpecito" o un chichón en la cabeza pueden ser serios. Usted no puede ver una contusión cerebral y muchas contusiones durante la práctica de deportes ocurren sin pérdida de conocimiento. Las señales y síntomas de una contusión puede aparecer inmediatamente después de la lesión o pueden tomar horas o días para aparecer completamente. Si su niño(a) reporta síntomas de contusión cerebral, o si usted mismo nota síntomas o señales de contusión, busque atención médica de inmediato.

Síntomas pueden incluir uno o más de los siguientes :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Dolores de Cabeza• "Presión en la Cabeza"• Nausea o vómitos• Dolor en el cuello• Problemas de balance o mareo• Visión borrosa, doble o nublada• Sensibilidad a luz o ruido• Sentirse aletargado o lento• Sentirse confundido o atontado• Somnolencia• Cambio en los patrones de sueño | <ul style="list-style-type: none">• Amnesia• "No sentirse bien"• Fatiga o poca energía• Tristeza• Nerviosismo o ansiedad• Irritabilidad• Más emotivo• Confusión• Concentración o problemas de memoria (olvidar jugadas del juego)• Repetir la misma pregunta/comentario |
|---|--|

Señales observadas por compañeros de juego, padres y entrenadores, incluyen:

- Aparenta estar aturdido
- Expresión facial perdida
- Confundido(a) sobre lo que tiene que hacer
- Olvida la jugada
- Esta inseguro(a) del juego, marcador u oponente
- Se mueve torpemente o sin coordinación
- Responde a preguntas lentamente
- Dificultad para hablar
- Muestra cambios en el comportamiento o personalidad
- No recuerda lo que pasó antes del golpe
- No recuerda lo que pasó después del golpe
- Ataques o convulsiones
- Cualquier cambio en conducta o personalidad
- Pérdida de conocimiento

Hoja Informativa de Contusión Cerebral

¿Qué puede pasar si mi niño sigue jugando después de sufrir una contusión cerebral o regresa a jugar muy pronto después de haber sufrido una contusión cerebral?

Los atletas con las señales y síntomas de una contusión cerebral deben de ser removidos del juego inmediatamente. El continuar jugando con señales y síntomas de una contusión cerebral deja al joven atleta especialmente vulnerable a una lesión mayor. Hay un alto riesgo de daño significativo a causa de una contusión por un periodo de tiempo luego de que haya ocurrido dicha contusión, particularmente si el atleta sufre otra contusión cerebral antes de estar completamente recuperado de la primera. Esto puede resultar en la prolongación de la recuperación, o hasta inflamación severa del cerebro (síndrome de segundo impacto) con consecuencias devastadoras y hasta fatales. Es un hecho conocido el que los atletas adolescentes o jóvenes a menudo no reportan síntomas o lesiones. Así mismo sucede con las contusiones cerebrales. Como resultado, la educación de los administradores, entrenadores, padres y estudiantes es la clave para la seguridad del estudiante-atleta.

Si usted cree que su niño(a) ha sufrido una contusión cerebral

Cualquier atleta que se sospeche haya sufrido una contusión cerebral debe de ser removido del juego o práctica inmediatamente. Ningún atleta podrá regresar a la actividad después de un aparente golpe en la cabeza o contusión, sin importar cuan leve aparenta ser o cuan rápido desaparezcan los síntomas, sin haber obtenido autorización médica. Se debe de continuar vigilando al atleta cuidadosamente por varias horas. El Reglamento de Regresar-al-Juego de las Asociaciones IESA y IHSA requiere que los atletas provean a su escuela con una autorización médica por escrito emitida por un médico licenciado para practicar medicina en todas sus ramas o un entrenador atlético certificado trabajando en conjunto con un médico licenciado para practicar medicina en todas sus ramas antes de regresar a un juego o práctica luego de haber sufrido una contusión cerebral; o después de haber sido removido de una competencia de atletismo inter escolar debido a una posible lesión en la cabeza o contusión cerebral, y no haya sido dado de alta para regresar a la misma competencia. De acuerdo con la ley estatal, se requiere que todas las escuelas sigan este reglamento.

Usted también debe de informar al entrenador de su niño(a) si piensa que su niño(a) pueda haber sufrido una contusión cerebral. Recuerde que es mejor estar ausente de un juego que estar ausente la temporada completa. Cuando existan dudas, el atleta no debe de participar.

Para información actualizada en cuanto a contusiones cerebrales, vaya a :
<http://www.cdc.gov/ConcussionInYouthSports/>

Reconocimientos y Aceptaciones del Estudiante/Padre/Madre

Al firmar este formulario, reconocemos que se nos ha provisto con información sobre contusiones cerebrales.

Estudiante: _____

Nombre del Estudiante (Letra de Molde): _____ Grado: _____

Firma del Estudiante: _____ Fecha: _____

Padre/Madre o Encargado

Nombre (Letra de Molde): _____

Firma: _____ Fecha: _____

Relación con el Estudiante:

Cada año, a las escuelas miembros de IESA se les requiere el mantener en sus archivos un formulario firmado de Reconocimiento y Aceptaciones y un Examen Físico de Pre-Participación actualizado para todos los estudiantes atletas.

Adaptado de CDC y la 3^{ra} Conferencia Internacional de Contusiones Cerebrales en Deportes Documento creado en 1 de julio de 2011, Revisado 21 de abril de 2013, Revisado 16 de julio de 2015