

# LO QUE PADRES Y ATLETAS DEBEN SABER SOBRE LA CONMOCIÓN CEREBRAL

## P: ¿QUÉ ES UNA CONMOCIÓN CEREBRAL?

**R:** Una conmoción es un tipo de lesión cerebral traumática causada por un choque, golpe o impacto en la cabeza que puede cambiar la forma en la cual el cerebro funciona normalmente. Las conmociones también pueden ocurrir por un golpe en el cuerpo que cause que la cabeza se mueva hacia adelante y hacia atrás con rapidez.

## P: ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS INMEDIATOS DE UNA CONMOCIÓN CEREBRAL?

**R:** Los atletas pueden presentar los siguientes síntomas de una conmoción durante un juego:

- ◆ Parecer aturcidos o estupefactos
- ◆ Confundidos con las asignaciones o posiciones
- ◆ Olvidar instrucciones respecto a las jugadas del deporte
- ◆ Inseguros del juego, marcador u oponente
- ◆ Responder preguntas con lentitud
- ◆ Perder la conciencia
- ◆ Náuseas o vómito
- ◆ Dificultades de habla

## P: ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LAS CONMOCIONES CEREBRALES QUE PUEDEN APARECER MÁS ADELANTE, DESPUÉS DEL JUEGO?

**R:** Algunos síntomas de las conmociones cerebrales pueden retrasarse por horas o días. Pueden incluir:

- ◆ Problemas de concentración y memoria
- ◆ Irritabilidad y otros cambios en la personalidad
- ◆ Sensibilidad a la luz y al ruido
- ◆ Perturbaciones durante el sueño
- ◆ Problemas mentales o depresión
- ◆ Trastornos en el gusto y olfato

## P: ¿CUÁNDO DEBO LLAMAR AL MÉDICO?

**R:** Si usted o un miembro de su familia ha sufrido recientemente una lesión en la cabeza y presenta algún síntoma de conmoción cerebral, debe llamar al médico. Los síntomas de la conmoción pueden durar días, semanas o más tiempo. Al identificar y tratar una conmoción a tiempo, se puede reducir la posibilidad de síntomas permanentes.

## P: ¿HAY SEÑALES DE QUE UNA CONMOCIÓN CEREBRAL SEA GRAVE Y EXIJA ATENCIÓN EN UNA SALA DE EMERGENCIA?

**R:** Sí. Las siguientes son algunas señales de que una conmoción cerebral es grave y exige atención médica inmediata:

- ◆ Empeoramiento de los síntomas (señalados a la izquierda)
- ◆ Diferencia en el tamaño de la pupila o dilatación de la pupila
- ◆ Dificultades de habla
- ◆ Convulsión
- ◆ Pulso o respiración disminuidos o irregulares



*TURN OVER*

## P: ¿QUÉ ES UNA PRUEBA DE REFERENCIA?

**R:** La prueba de referencia es un examen que se realiza antes de la temporada por parte de profesionales capacitados para evaluar las funciones cognitivas de un atleta, que incluye las destrezas de aprendizaje y de memoria, la capacidad para concentrarse y la habilidad para resolver problemas. Ante la eventualidad de que un atleta sufriera una conmoción cerebral, los resultados de estas pruebas se pueden usar para compararse con pruebas similares posteriores a la lesión. Para el año escolar 2013/2014, todas las escuelas secundarias públicas del condado Montgomery se encuentran aplicando pruebas de referencia a los atletas. El Adventist Rehabilitation Hospital of Maryland ha sido seleccionado para realizar esta prueba en 13 escuelas secundarias del condado Montgomery.



## P: ¿CÓMO SE REALIZA UNA PRUEBA DE REFERENCIA?

**R:** El Adventist Rehabilitation Hospital of Maryland utiliza una prueba cognitiva de evaluación inmediatamente posterior a la conmoción o ImPACT™ (por sus siglas en inglés), que es un instrumento computarizado, basado en internet, que mide la memoria, la velocidad de procesamiento, el tiempo de reacción, el tiempo de atención y las habilidades para resolver problemas. Esta prueba tarda entre 30 y 45 minutos y se considera una de las pruebas de referencia estándar para los atletas. Asigne una hora para el proceso.



## P: ¿CÓMO PROGRAMO O REPROGRAMO UNA PRUEBA DE REFERENCIA?

**R:** Cada escuela secundaria individual maneja la programación de las pruebas de referencia. Los padres que deseen programar o reprogramar una prueba de referencia de conmoción cerebral para sus hijos deben coordinar directamente con el departamento de atletismo de la escuela.

# ADVENTIST REHABILITATION HOSPITAL OF MARYLAND PROGRAMA DE CONMOCIÓN CEREBRAL

El Adventist Rehabilitation Hospital ofrece una clínica integral de conmoción cerebral para adolescentes y adultos, de 14 años en adelante que han sufrido una lesión en la cabeza por causa de los deportes u otros traumas en la cabeza.

Si usted o un ser querido ha recibido diagnóstico o se sospecha de una conmoción cerebral, le pedimos llamar al programador de conmoción cerebral al **240-864-6299** para programar una cita.



**Adventist Rehabilitation  
Hospital of Maryland**

A Member of Adventist HealthCare

9909 MEDICAL CENTER DRIVE  
ROCKVILLE, MD 20850

[www.AdventistRehab.com/Concussion](http://www.AdventistRehab.com/Concussion)