

**DISTRITO UNION ESCOLAR DE PREPARATORIAS DE ESCONDIDO**  
**2018-19 FORMA SOBRE CONMOCION CEREBRAL**  
*(Aplicable Sólo Para el Actual Año Escolar)*

Una conmoción cerebral es una lesión en la cabeza y todas las lesiones cerebrales son graves. Son causadas por un golpe o una sacudida al oído, o por un golpe a otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Ellos pueden fluctuar de leves a graves y pueden perturbar el funcionamiento del cerebro normalmente. A pesar de que la mayoría de las conmociones cerebrales son leves, **todas las conmociones cerebrales son potencialmente graves y pueden resultar en complicaciones como daño cerebral prolongado y muerte si no se reconocieron y se administran adecuadamente.** En otras palabras, incluso un golpe en la cabeza puede ser grave. No se puede ver una conmoción cerebral y más conmociones cerebrales de deportes ocurren sin la pérdida de la conciencia. Signos y síntomas de una conmoción cerebral pueden aparecer justo después de la lesión y pueden tomar horas o días para parecer completamente. Si su hijo reporta síntomas de una conmoción cerebral, o si usted nota los síntomas o signos de una conmoción cerebral usted mismo, busque atención médica de inmediato.

Signos y síntomas de una conmoción cerebral pueden incluir uno o más de las siguientes:

Dolores de cabeza	Amnesia (Pérdida de Memoria)
Presión en la cabeza	Trastornos del Habla / Dificultad de hablar
Náuseas y vómitos	Cansancio o poca energía
Dolor de cuello	Pérdida del conocimiento
Problemas de equilibrio o mareos	Nerviosismo o ansiedad
Visión borrosa, doble o borrosa	Irritabilidad
Sensibilidad a la luz o sonido	Ruido en los oídos
Sensación lento o lenta	Confusión
Sensación de nieblas o aturridos	Problemas de concentración o memoria
Cambio de somnolencia (“modorra”)	Cambio en el patrón de sueño
Tristeza y más emocional	Repetir el mismo comentario/pregunta
Ataques/convulsiones	Cambios de conducta o personalidad de espectáculos

**¿Qué pasa si mi hijo sigue jugando con una conmoción cerebral o regresa a la escuela?**

Deben eliminar los atletas con los signos y síntomas de una conmoción cerebral forma de juego inmediatamente. Continuando a jugar con los signos y síntomas de una conmoción cerebral, el joven atleta esta especialmente vulnerable a una mayor lesión. Hay un mayor riesgo de daño significativo de una conmoción cerebral durante un período de tiempo después de que ocurra esa conmoción, especialmente si el atleta sufre otra conmoción cerebral antes de recuperarse totalmente de la primera. Esto puede conducir a la prolongada recuperación, o incluso la severa inflamación del cerebro (síndrome de segundo impacto) con consecuencias devastadoras e incluso mortales. Es bien sabido que los atletas adolescentes o adolescentes a menudo bajo informan los síntomas de lesiones. Las conmociones cerebrales no son diferentes. Como

resultado, Educación de los administradores, entrenadores, padres y estudiantes es la clave para la seguridad del estudiante atleta.

**Si usted piensa que su hijo ha sufrido una conmoción cerebral**

Debido al Código Educativo Sección 49475, cualquier atleta aun si se sospecha de sufrir una conmoción cerebral debe ser removido inmediatamente de cualquier actividad atlética por el resto del día. Ningún atleta debe regresar a la actividad después de haber aparentar haber tenido una conmoción cerebral o golpe en la cabeza por más mínimo que sea o por rápido que se aclare los síntomas sin ser revisado medicamente de un proveedor medico con licencia. Si el proveedor medico con licencia determina que el atleta sostuvo una conmoción cerebral o golpe en la cabeza, el atleta deberá completar un protocolo en no más de siete días en duración bajo la supervisión de un proveedor medico con licencia haciendo una graduación que mostrara que puede regresar a jugar.

También se debe informar al entrenador de su hijo si usted piensa que su hijo puede tener una conmoción cerebral. Recuerde que es mejor que pierda un partido a que pierda toda la temporada. En caso de alguna duda, el atleta se sienta hacia fuera.

Para información actual y actualizada sobre las conmociones cerebrales se puede consultar:

[www.cdc.gov/concussionsinyouthsports.com](http://www.cdc.gov/concussionsinyouthsports.com)

\_\_\_\_\_  
Nombre del Estudiante-Atleta en Molde

\_\_\_\_\_  
Firma del Estudiante-atleta

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Nombre del Padre o Tutor en Molde

\_\_\_\_\_  
Firma del Padre o Tutor

\_\_\_\_\_  
Fecha

*Adaptado del CDC y los Documentos de la 3° Conferencia Internacional sobre la Conmoción Cerebral en el Deporte creado 05/20/10.*