

Tenga precaución con alguien que haya sufrido concusión



Más de 38 millones de niños y niñas entre los 5 y 18 años practican deportes organizados para jóvenes. Si bien los deportes pueden ser una manera divertida de socializar e inculcar valores como el trabajo en equipo y la actividad física también

Hay muchos signos y síntomas que los entrenadores y los padres deben conocer en caso de que un atleta sufra una concusión en el campo de juego. Por ejemplo, es posible que los atletas que experimenten algún tipo de cambio en el comportamiento o en las funciones físicas o mentales necesiten atención médica.

Como consecuencia, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) han decidido contribuir mediante el desarrollo del conjunto de herramientas “Atención: conmoción cerebral en el deporte juvenil.”

Estas herramientas brindan una lista completa de los signos y los síntomas de una concusión además de los pasos importantes que hay que seguir cuando se sospeche que ha ocurrido una concusión. Los materiales están disponibles tanto en inglés como en español e incluyen:

- una hoja informativa para entrenadores
- una hoja informativa para atletas
- una hoja informativa para padres
- un portapapeles para entrenadores con información sobre las concusiones
- un imán para entrenadores y padres con información sobre las concusiones
- una prueba para entrenadores, atletas y padres

pueden provocar lesiones.

Es necesario que los entrenadores, los padres y los atletas estén alerta si se llegan a presentar lesiones, especialmente las lesiones más graves como son las concusiones.

Es muy importante reconocer este tipo de lesiones y tener una actitud preventiva porque cada año en los Estados Unidos ocurren aproximadamente 3.8 millones de concusiones relacionadas con el deporte o las actividades recreativas.

Por lo tanto, lo que parece ser un golpe leve en la cabeza a menudo puede ser mucho más grave.

El contacto entre atletas, choques entre atletas y golpes contra objetos como los postes del arco o las vallas, o incluso simples caídas pueden ocasionar una concusión, la cual provoca que el cerebro se mueva rápidamente dentro del cráneo.

Para obtener más información sobre las concusiones o para solicitar una copia sin cargo del conjunto de herramientas “Atención: conmoción cerebral en el deporte juvenil,” visite: www.cdc.gov/ConcussionInYouthSports.