

**FORMULARIO DE ENTREGA DE INFORMACIÓN DE CONTUSIÓN & LESIÓN DE CABEZA  
RECOMENDADA POR KSHSAA 2012-2013**

**Este formulario debe ser firmado por todos los estudiantes atletas y padre/guardianes, antes de que el estudiante participe en cualquier práctica atlética o práctica de espíritu escolar o concurso en cada año escolar.**

Una contusión es una lesión cerebral y todas las lesiones cerebrales con serias. Ellas son causadas por una protuberancia, un golpe o sacudida a la cabeza, o por un golpe a otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Ellas pueden variar de leves a severas y pueden alterar la manera en que el cerebro trabaja normalmente. Aunque la mayoría de las contusiones son leves, todas las contusiones son potencialment serias y pueden resultar en complicaciones, incluyendo daño cerebral prolongado y muerte, si no es reconocida y manejada apropiadamente. En otras palabras, incluso una “ raspadura” o una protuberancia en la cabeza puede ser seria. Usted no puede ver una contusión y la mayoría de las contusiones en deportes ocurren sin pérdida de la conciencia. Las señales o síntomas de contusiones pueden aparecer seguidamente de la lesión o puede tomar horas o días para aparecer del todo. Si su hijo/a reporta síntomas de contusión, o si usted nota los síntomas o signos de contusión en usted mismo, enseguida busque atención médica.

**Síntomas pueden incluir uno o más de los siguientes:**

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Dolores de cabeza</li><li>• “Presión en la cabeza”</li><li>• Náusea o vómito</li><li>• Dolor del cuello</li><li>• Problemas de equilibrio o mareos</li><li>• Visión nublada, doble o borrosa</li><li>• Sensitividad a la luz o ruido</li><li>• Sentirse pesado o lento</li><li>• Sentirse confuso o atontado</li><li>• Somnolencia</li><li>• Cambio en patrones del dormir</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Amnesia</li><li>• “No sentirse bien”</li><li>• Fatiga o poca energía</li><li>• Tristeza</li><li>• Nerviosismo o ansiedad</li><li>• Irritabilidad</li><li>• Más sensible</li><li>• Confusión</li><li>• Problemas de concentración o memoria (olvidar jugar juegos)</li><li>• Repetir la misma pregunta/comentario</li></ul> |
|--|--|

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

- Parece aturdido
- Falto de expresión facial
- Confundido acerca de tareas
- Olvida juegos
- Inseguro del juego, puntaje u oponente
- Se mueve torpemente o muestra falta de coordinación
- Responde preguntas con lentitud
- Pronunciación inarticulada
- Muestra cambios de conducta o personalidad
- No puede recordar eventos antes del golpe
- No puede recordar eventos después del golpe
- Ataques o convulsiones
- Algún cambio en conducta típica o personalidad
- Pérdida de conciencia

### **¿Qué puede ocurrir si mi hijo/a sigue jugando con una contusión o regresa muy pronto?**

Atletas con las señales y síntomas de contusión deberían ser removidos del juego inmediatamente. Continuar jugando con señales y síntomas de contusión, deja al joven atleta especialmente vulnerable a una mayor lesión. Hay un alto riesgo de daño significativo de una contusión por un período de tiempo después de que ocurre la contusión. Particularmente si el atleta sufre otra contusión antes de recuperarse totalmente de la primera (síndrome de Segundo impacto). Esto puede conducir a una recuperación prolongada o incluso a inflamación severa del cerebro con consecuencias devastadoras e incluso fatales. Es bien sabido que el adolescente o atleta adolescente a menudo deja de reportar los síntomas de lesiones. Y contusiones no son diferentes. Como resultado, los administradores de educación, entrenadores, padres y estudiantes, son la clave para la seguridad del estudiante atleta.

### **Si usted piensa que su hijo/a ha sufrido una contusión**

Cualquier atleta aún en sospecha de haber sufrido una contusión, debería ser removido del juego o práctica inmediatamente. Ningún atleta debería regresar a la actividad después de una aparente lesión en la cabeza o contusión, independientemente de lo leve que parezca o cuán rápido desaparecen los síntomas sin certificación de un Médico (MD) o Doctor de Medicina Osteopática (DO). Estrecha observación del atleta deberá continuar por varias horas. Usted podría también informar al entrenador de su hijo/a si usted piensa que su hijo/a puede tener una contusión. Recuerde que es mejor perder un juego que perder la temporada completa. **¡Y cuando esté dudoso, el atleta se sienta en la banca!**

### **Regreso a Práctica o Competencia**

El Acta de Prevención de Lesiones de la Cabeza de la Escuela de Deportes de Kansas establece que si un atleta sufre o se sospecha que sufre una contusión o lesión de la cabeza durante una competencia o práctica, el atleta debe ser removido inmediatamente de la competencia o práctica y no puede regresar a practicar o competir hasta que un Profesional de la Salud haya evaluado al atleta y suministrado una autorización escrita para regresar a practicar o competir. El KSHSAA recomienda que un atleta no regrese a practicar o competir el mismo día que el atleta sufre o se sospecha que sufre una contusión. La KSHSAA también recomienda que el regreso de un atleta para practicar y competir debe seguir un protocolo gradual bajo la supervisión del proveedor de cuidado de salud (MD o DO).

Para información actual y al día sobre contusiones, usted puede ir a:

**<http://www.cdc.gov/concussion/HeadsUp/youth.html>**

Para información sobre contusiones y recursos educativos colectados por KSHSAA, vaya a:

**<http://www.kshsaa.org/Public/General/ConcussionGuidelines.cfm>**

\_\_\_\_\_  
Nombre Imprenta Estudiante-Atleta

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

\_\_\_\_\_  
Fecha

\_\_\_\_\_  
Imprenta Padre o Guardián Legal

\_\_\_\_\_  
Firma Padre o Guardián Legal

\_\_\_\_\_  
Fecha