



Formulario de Consentimiento y Aceptación de Medicina Deportiva IHSA

HOJA INFORMATIVA SOBRE CONMOCIÓN CEREBRAL

Una conmoción es una lesión cerebral y todas las lesiones cerebrales son graves. Estas son causadas por un golpe, sacudida, o choque en la cabeza, o por golpe a otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza.

Estas podrían variar en un rango leve a severo y pueden interrumpir el funcionamiento normal del cerebro. Aunque la mayoría de las conmociones son leves, **todas las conmociones son potencialmente graves y podrían tener como resultado complicaciones que incluyen daño cerebral prolongado y muerte si no se reconoce y trata a tiempo.** En otras palabras, incluso un golpe o un “porrazo” en la cabeza pueden ser algo serio. Usted no puede ver una conmoción y la mayoría de las conmociones durante los deportes ocurren sin la pérdida de conciencia. Los síntomas y señales de una conmoción podrían manifestarse inmediatamente después de la lesión o podría tomar horas o días para manifestarse por completo. Si su hijo (a) reporta cualquier síntoma de conmoción, o si usted nota los síntomas o señales de una conmoción, busque atención médica de inmediato.

Los síntomas podrían incluir uno o más de los siguientes:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Dolor de cabeza• “Presión en la cabeza”• Náusea o vómito• Dolor en el cuello• Problemas de equilibrio o mareos• Visión borrosa, doble o cambios en la visión• Sensibilidad a la luz o al ruido• Se siente atargado o lento• Sensación de pesadez o de neblina• Somnolencia• Cambios en el patrón del sueño | <ul style="list-style-type: none">• Amnesia• “No se siente bien”• Fatiga o poca energía• Tristeza• Nerviosismo o ansiedad• Irritabilidad• Más emocional• Confusión• Problemas de concentración o memoria (se olvida de los juegos)• Repite la misma pregunta/comentario |
|--|--|

Señales observadas por compañeros, padres y entrenadores; pueden incluir:

- Parece aturdido
- Expresión facial perdida
- Se confunde con la tarea
- Olvida los juegos
- No está seguro del juego, resultado u oponente
- Se mueve con torpeza o muestra incoordinación
- Responde preguntas lentamente
- Dificultad para hablar
- Muestra cambios en el comportamiento o en la personalidad
- No recuerda eventos antes del golpe
- No recuerda eventos después del golpe
- Ataque epiléptico o convulsiones
- Cualquier cambio en la conducta o personalidad regular
- Pierde el conocimiento



Formulario de Consentimiento y Aceptación de Medicina Deportiva IHSA

HOJA INFORMATIVA SOBRE CONMOCIÓN CEREBRAL

¿Qué puede pasar si mi hijo (a) continua jugando con la conmoción cerebral o regresa demasiado pronto?

Los atletas con síntomas y señales de una conmoción **deberán** ser excluidos del juego inmediatamente. Al continuar en el juego con los síntomas y señales de una conmoción deja al joven atleta especialmente vulnerable a una lesión aún mayor. Hay un mayor riesgo de un daño significativo debido a una conmoción por un periodo de tiempo luego de ocurrida la misma, particularmente si el atleta sufre otra conmoción antes de recuperarse completamente de la primera. Esto podría conllevar a una recuperación prolongada, o a una severa inflamación del cerebro (Síndrome del segundo impacto), con devastadoras e inclusive fatales consecuencias. Es muy común que el adolescente o el joven atleta frecuentemente no reporte las lesiones o los síntomas. La conmoción cerebral no es diferente. Como resultado, al educar a los administradores, entrenadores, padres y estudiantes es la clave para mantener seguros a los estudiantes-atletas.

Si usted piensa que su hijo(a) ha sufrido una conmoción cerebral

Cualquier sospecha de que algún atleta ha sufrido una conmoción cerebral, debe retirarse del juego o práctica inmediatamente. Ningún atleta debe regresar a la actividad después de una aparente lesión en la cabeza o conmoción, sin importar lo leve que parezca o cuán rápido desaparezcan los síntomas, sin reconocimiento médico. La observación cercana del atleta debe continuar por algunas horas. La política de IHSA, requiere que los atletas provean a su escuela un reconocimiento escrito, ya sea de su médico certificado o practicante de medicina en su rama o un entrenador atlético certificado trabajando en conjunto con un médico titulado para practicar la medicina en su rama, antes de regresar a jugar o practicar después de una conmoción cerebral o después de haber sido removido del concurso interescolar debido a una posible lesión en la cabeza o conmoción cerebral y no haber sido autorizado para regresar al mismo concurso. De acuerdo con la ley del estado, todas las escuelas que son miembro de IHSA se les requiere seguir esta política.

Usted deberá informar al entrenador de su hijo, entrenador atlético, o director atlético si cree que su hijo (a) pudiera tener una conmoción. Recuerde es mejor perderse un juego que perder toda la temporada. Cuando exista la duda, el atleta permanecerá sentado.

Para información actual y reciente sobre la conmoción cerebral puede visitar:

<http://www.cdc.gov/ConcussionYouthSports/>



Formulario de Consentimiento y Aceptación de Medicina Deportiva IHSA

Política de evaluación sobre mejoramiento y desempeño – IHSA

En 2008, la Junta Directiva de IHSA estableció el programa de evaluación sobre desempeño (*PES por sus siglas en inglés Performance-Testing Program*). Cualquier estudiante que participe en un evento deportivo aprobado o autorizado de IHSA, es sujeto a la prueba PES. En el sitio oficial de IHSA Sports Medicine puede tener acceso a la copia completa del programa de prueba y otros recursos relacionados. Además, a continuación se mencionan los enlaces a la Política PES y a las clases sobre las drogas prohibidas de la asociación. Los administradores escolares tienen acceso a los recursos necesarios que se usan para la implementación del programa en los centros escolares IHSA.

Programa de evaluación IHSA PES

<http://www.ihsa.org/documents/sportsMedicine/2015-16/2015-16%20PES%20policy%20final.pdf>

Clases sobre las drogas prohibidas IHSA

<http://www.ihsa.org/documents/sportsMedicine/2015-16/2015-16%20IHSA%20Banned%20Drugs.pdf>

Política de consentimiento de la prueba al azar sobre esteroide – IHSA

Como prerrequisito para la participación en las actividades deportivas IHSA, acordamos que yo/nuestro estudiante no usará sustancias para mejorar el rendimiento según lo definido en el Protocolo del programa de prueba sobre sustancia para mejorar el rendimiento IHSA. Hemos revisado la política y comprendemos que a mi/nuestro estudiante se nos podría pedir realizar una prueba para revisar la presencia de sustancias que mejoran el rendimiento en mi/nuestro cuerpo, ya sea durante la serie de eventos estatales IHSA o durante la jornada escolar, por medio de la presente yo/nuestro estudiante acordamos realizar dicha prueba y análisis en un laboratorio certificado. Además comprendemos y acordamos que los resultados de la prueba sobre sustancia para mejorar el rendimiento, se podrían entregar a ciertas personas en la secundaria de mi estudiante, según se define en el Protocolo del programa de prueba sobre sustancia para mejorar el rendimiento; el cual está disponible en el sitio oficial de IHSA en www.IHSA.org. Comprendemos y acordamos que los resultados de la prueba sobre sustancia para mejorar el rendimiento se mantendrá de manera confidencial según lo dispuesto por la ley. Entendemos que al no proveer información precisa y verdadera podríamos ser sujetos a sanciones según lo establecido por IHSA.

Puede tener acceso a la lista completa de las clases actuales sobre sustancias prohibidas de IHSA en:

<http://www.ihsa.org/documents/sportsMedicine/2015-16/2015-16%20IHSA%20Banned%20Drugs.pdf>