

Después de una Concusión

Los deportes de contacto son una de varias formas de sufrir una concusión, ésta es una lesión al cerebro provocada por un fuerte golpe en la cabeza. También pueden ser el resultado de accidentes de vehículos, caídas, otros accidentes, o combate militar.

"Generalmente los síntomas de una concusión aparecen de inmediato o poco después de la lesión. Pero en algunos casos, los síntomas no aparecen por días y hasta meses."

Los síntomas incluyen confusión, irritabilidad, pérdida de memoria, dolor de cabeza, mareos, visión borrosa, náusea o vómito. y a veces, pérdida de conocimiento. Si alguien sospecha una concusión, deben de consultar a un profesional médico de inmediato.

"Lo típico es que evaluemos la vista y equilibrio de la persona y también la memoria cuando evaluamos una concusión."

En algunos casos, se puede hacer una tomografía u otro estudio de imágenes para checar si hay sangrado o inflamación en el cerebro. Las personas necesitan observación cercana las primeras 24 horas después de una concusión. No deben de dormir por períodos largos y DEBEN de ser despertadas de vez en cuando para asegurarse que no empeoran sus síntomas. Los síntomas que requieren atención inmediata incluyen dificultad para despertarse, dolor severo de cabeza, vómito, convulsiones, confusión, problemas de lenguaje, visión o equilibrio.

"El mejor tratamiento para una concusión es el descanso. Esto incluye evitar los deportes, la tarea, videojuegos y la TV."

Los atletas no deben regresar al deporte hasta que su profesional médico los haya dado de alta. Si sufriera otra concusión antes de sanar de la primera, podría aumentar su riesgo de problemas a largo plazo y daño permanente al cerebro.

"La mayoría de las personas empiezan a sentirse mejor después de dos semanas de la lesión, pero a veces la recuperación puede tomar un mes o más. Si no mejora o si tiene alguna preocupación, lo mejor es consultar a su profesional médico."