

Política de concusión de la UAS

Aunque estamos abordando específicamente este problema a nuestros jugadores menores de 18 años, esta política se aplica a todos los jugadores. Una conmoción cerebral es una lesión cerebral y todas las lesiones cerebrales son serias. Son causados por un bulto, golpe, o sacudida a la cabeza, o por un golpe a otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Pueden variar de leve a severa y pueden interrumpir la forma en que el cerebro normalmente funciona. Aunque 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 reconocen y se administran correctamente. En otras palabras, incluso un "ding" o un bulto en la cabeza puede ser serio. No se puede ver una conmoción cerebral, y la mayoría de las conmociones deportivas ocurren sin pérdida de consciencia. Los signos y síntomas de la conmoción cerebral pueden aparecer justo después de la lesión o pueden tardar horas o días en presentarse completamente. Si un jugador reporta cualquier síntoma de conmoción cerebral, o si usted nota los síntomas o signos de conmoción cerebral, busque atención médica de inmediato.

Los síntomas pueden incluir uno o más de los siguientes: • dolores de cabeza • "presión en el cabeza" • náuseas o vómitos • dolor de cuello • problemas de equilibrio o mareos • visión borrosa, doble o difusa • sensibilidad a la luz o al ruido • sensación de lentitud o desaceleración • sensación de niebla o mareado • somnolencia • cambio en los ritmos de sueño • amnesia • "no se siente bien" • fatiga o baja energía • tristeza • nerviosismo o ansiedad • irritabilidad • más emocional • confusión • problemas de concentración o de memoria (olvidar juegos) • repitiendo la mismas preguntas/ Comentarios

Los signos observados por árbitros, compañeros de equipo, padres y entrenadores incluyen: • aparece aturdido • expresión facial vacante • confundido acerca de la asignación • olvida las jugadas • no está seguro del juego, el marcador o el oponente • se mueve torpemente o muestra falta de coordinación • responde a preguntas lentamente • dificultad para hablar • muestra cambios de comportamiento o de personalidad • no pueden recordar eventos antes del golpe • no puede recordar eventos después del golpe • convulsiones • cualquier cambio típicos en el comportamiento o la personalidad • pierde el conocimiento

¿Qué puede suceder si el jugador sigue jugando con una conmoción cerebral o regresa demasiado pronto?

Los atletas con signos y síntomas de conmoción cerebral deben retirarse del juego inmediatamente. Seguir jugando con los signos y síntomas de una conmoción cerebral deja al atleta especialmente vulnerable a una lesión mayor. Hay un mayor riesgo de daño significativo de una conmoción cerebral durante un período de tiempo después de que se produzca la conmoción cerebral, especialmente si el atleta sufre otra conmoción cerebral antes de recuperarse por completo de la primera. Esto puede llevar a una recuperación prolongada, o incluso a una inflamación cerebral severa (segundo síndrome de impacto) con consecuencias devastadoras e incluso mortales. Es bien conocido que los atletas jóvenes o adolescentes a menudo no reportan síntomas de lesiones y concusiones no son diferentes a lesiones físicas. Como resultado, la educación de los administradores, entrenadores, árbitros, padres y los propios jugadores es la clave para la seguridad de los jugadores. Si crees que un jugador puede haber sufrido una conmoción cerebral, es imperativo que se tomen medidas.

Cualquier atleta incluso sospechoso de sufrir una conmoción cerebral debe ser substituido del juego o práctica inmediatamente. Ningún atleta puede volver a la actividad después de una lesión en la cabeza aparente o conmoción cerebral, independientemente de lo leve que parezca o de la rapidez con que los síntomas se aclaren, sin autorización médica. La observación cercana del atleta debe continuar por varias horas. La nueva regla H.B. 204 en Utah ahora requiere la implementación consistente y uniforme de largas y bien establecidas pautas de concusión de retorno a juego que se han recomendado durante varios años:

En referencia a nuestro jugador que son menores de 18 años, "un atleta juvenil que es sospechoso de sostener una conmoción cerebral o lesión en la cabeza en una práctica o juego será eliminado de la competencia en ese momento" y "... no puede volver a jugar hasta que el atleta es evaluado por un proveedor de salud licenciado y capacitado en la evaluación y gestión de la conmoción cerebral y ha recibido autorización por escrito para volver a jugar de ese proveedor de atención médica".

También debe informar a su gerente/entrenador si usted piensa que un jugador puede tener una conmoción cerebral. Recuerde, es mejor perderse un juego que perderse toda la temporada. En caso de duda, el jugador se sienta.

Para obtener información actual y actualizada sobre las conmociones cerebrales, puede ir a:
<http://www.cdc.gov/concussion/HeadsUp/youth.html>

Nombre del atleta

Firma del atleta

Fecha

Padre o Guardian legal

Firma de Padre o Guardian legal

Fecha

Adaptado de la CDC y la 3ª Conferencia Internacional sobre conmoción cerebral en el deporte.
Documento creado 6/15/2009