

Distrito Escolar Unificado de Kenosha

De acuerdo con la Ley 172 de Wisconsin Sidelined For safety (Ley 172 de marginación por seguridad de Wisconsin) , nosotros, los abajo firmantes, reconocemos haber recibido educación sobre los signos, síntomas y riesgos de las conmociones cerebrales relacionadas con el deporte. Entendemos que los estudiantes tienen prohibido cualquier participación hasta que este formulario sea completado y devuelto a la Oficina de Atletismo de la escuela.

Reconozco mi responsabilidad de informar a mis entrenadores, padre(s)/tutor(es) cualquier signo o síntoma de una conmoción cerebral y acepto cumplir con todos los protocolos de conmoción cerebral de KUSD.

nombre impreso del estudiante/atleta

firma

fecha

Yo, el padre/tutor del estudiante atleta mencionado anteriormente, reconozco haber recibido educación sobre los signos, síntomas y riesgos de la conmoción cerebral relacionada con el deporte y acepto cumplir con todos los protocolos de conmoción cerebral de KUSD.

nombre impreso del padre/tutor

firma

fecha

Distrito Escolar Unificado de Kenosha

¿Qué es una conmoción cerebral y cómo ocurre?

Una conmoción cerebral es una lesión cerebral que interfiere con la función cerebral normal. Esto afecta la forma en que un individuo piensa, actúa, se comporta y las habilidades físicas necesarias para funcionar a diario. Cada conmoción cerebral es única para cada persona, pero hay algunos signos y síntomas comunes que se deben tener en cuenta para determinar si una persona tiene una conmoción cerebral.

Una conmoción cerebral puede ser causada por un golpe, una mancha, una sacudida o una caída en la cabeza o el cuerpo. Cuando la cabeza o el cuerpo reciben un golpe, un golpe, etc., la fuerza de ese movimiento hace que el cerebro golpee los costados del cráneo o se mueva y/o gire mientras está dentro del cráneo. Estos movimientos cambian la forma en que funciona normalmente la fisiología del cerebro. Incluso un golpe leve en la cabeza del cuerpo puede hacer que el cerebro se desplace o se mueva en el cráneo y, por lo tanto, dañe el cerebro.

¿Cuáles son los signos y síntomas de una conmoción cerebral?

Una vez que se mantiene una conmoción cerebral, se pueden desarrollar más signos y síntomas en las próximas 24 horas, incluso en la próxima semana. La gravedad y los efectos secundarios de esta lesión cerebral variarán según el individuo. Los síntomas de conmoción cerebral pueden parecer leves, pero pueden provocar problemas mentales, físicos y psicológicos de por vida si no se manejan correctamente. Una persona puede tener signos y síntomas de una conmoción cerebral sin perder el conocimiento. Los síntomas de una conmoción cerebral pueden durar menos de 1 día o hasta 3 semanas o más.

La mayoría de las veces, las imágenes tomadas con una tomografía computarizada, una resonancia magnética o una tomografía computarizada parecen normales y no muestran los cambios fisiológicos que ocurren en el cerebro con una conmoción cerebral. Se realizan estudios de imagen para descartar otras lesiones en la cabeza, como fracturas de cráneo.

Signos y síntomas de una conmoción cerebral

Pensar/recordar	Físico	Emocional/anímico	Dormir
Pensar claramente	Dolor de cabeza	Irritabilidad	Dormir más de lo normal
Sentirse lento o	confuso Visión borrosa o borrosa	Tristeza o más emocional	Dormir menos de lo habitual
Dificultad para concentrarse	Náuseas o vómitos	Nerviosismo	Problemas Quedarse
Amnesia	Mareos	Ansiedad	No poder permanecer dormido
Dificultad para recordar información nueva o antigua	Sensibilidad a la luz o al ruido	Respuesta lenta o confusión fácil	
	Sensación de cansancio, sin energía	Aturdimiento o apariencia	
	aturdida Disminución del equilibrio y/o la coordinación		

Qué hacer si alguien tiene una conmoción cerebral

Si la conmoción cerebral ocurre durante una actividad atlética, entonces el individuo debe retirarse inmediatamente del juego. Permanecer en la actividad con una conmoción cerebral empeorará las cosas. La regla general si se sospecha una conmoción cerebral es "En caso de duda, siéntelos". Permanecer en una actividad con una conmoción cerebral prolongará los síntomas y el tiempo de recuperación y preparará a la persona para una lesión cerebral más grave, como la muerte, el síndrome del segundo impacto o el síndrome posconmocional. Si se sospecha que una persona tiene una conmoción cerebral, debe ser retirada de toda actividad y evaluada por un profesional médico capacitado en el manejo de conmociones cerebrales. La evaluación y detección temprana de una conmoción cerebral pueden acelerar el proceso de recuperación al garantizar el manejo adecuado de una conmoción cerebral. **La Ley del Estado de WI y el Distrito Escolar Unificado de Kenosha exigen el retiro inmediato de la actividad y la evaluación médica de una persona sospechosa de tener una lesión en la cabeza.**

Volver a jugar después de conmociones cerebrales

La ley estatal de WI y el distrito escolar unificado de Kenosha exigen la autorización médica de un médico, un asistente médico o una enfermera practicante capacitada en el manejo de conmociones cerebrales antes de que una persona pueda volver a jugar. El Distrito Escolar Unificado de Kenosha también requiere que una persona complete una Progresión de Regreso Gradual al Juego (como se describe a continuación) antes de que la persona pueda volver a jugar. Este es un estándar de atención para conmociones cerebrales y otras lesiones en la cabeza en el campo de la medicina.

Una vez que una persona está libre de signos y síntomas durante al menos 24 horas y un profesional médico capacitado en el manejo de conmociones cerebrales ha evaluado y dado de alta a la persona, se puede comenzar una progresión gradual de regreso al juego. Similar a la recuperación de un esguince de tobillo grave, la introducción gradual de actividad que aumenta la frecuencia cardíaca en el cerebro asegura que el cerebro sea capaz de tolerar el aumento de actividad. Si en algún momento durante la progresión gradual la persona vuelve a tener síntomas, debe detener la actividad y comunicarse con el profesional médico. Se ha demostrado que al completar una progresión gradual y gradual de regreso al juego, la probabilidad de sufrir otra conmoción cerebral disminuye. Al realizar una progresión gradual de regreso al juego, la persona está evitando más lesiones en su cerebro.

Después de la autorización por escrito de un médico y sin signos ni síntomas durante al menos 24 horas, los estudiantes deberán

completar la "Progresión de regreso al juego" bajo la supervisión de un profesional médico antes de regresar a sus actividades normales sin restricciones.

Volver a jugar antes de que una persona esté libre de signos y síntomas puede provocar el síndrome posconmocional, el síndrome del segundo impacto o posiblemente la muerte. Regresar demasiado pronto de una conmoción cerebral también puede dejar a una persona más susceptible a más conmociones cerebrales. Asegúrese de que la progresión de regreso al juego se realice bajo la dirección de un proveedor médico capacitado en el manejo de conmociones cerebrales.

Wisconsin's Sideline for Safety Act 172

(Ley 172 de marginación por seguridad de Wisconsin)

Según esta ley, al comienzo de la temporada, las personas y los padres/tutores de las personas que participan en una actividad juvenil o actividad atlética organizada deben recibir información sobre conmociones cerebrales y lesiones en la cabeza si desean participar en esa actividad juvenil. actividad atlética. “Ninguna persona puede participar en una actividad deportiva juvenil a menos que la persona devuelva la hoja de información firmada por la persona y, si es menor de 19 años, por su padre o tutor”.

También se contempla en esta ley; “Un entrenador atlético, u oficial involucrado en una actividad atlética juvenil, o proveedor de atención médica deberá retirar a una persona de la actividad atlética juvenil si el entrenador, oficial o proveedor de atención médica determina que la persona exhibe signos, síntomas o comportamiento consistente con una conmoción cerebral o lesión en la cabeza o el entrenador, oficial o proveedor de atención médica sospecha que la persona ha sufrido una conmoción cerebral o lesión en la cabeza”. Si se retira a una persona de la actividad, él/ella “no podrá participar en una actividad atlética juvenil hasta que sea evaluado por un proveedor de atención médica y reciba una autorización por escrito para participar en la actividad del proveedor de atención médica”.

Para ver toda la Ley 172, visite el sitio de la Legislatura de Wisconsin en <https://docs.legis.wisconsin.gov/2011/related/acts/172>

La información de este folleto se tomó de los siguientes sitios:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (<http://www.cdc.gov/concussion/sports/index.html>)
- WI Sports Concussion Collaborative (<http://www.wisportsconcussion.org/>)
- WI Interscholastic Athletic Association (<http://wiaawi.org/index.php?id=430>)
- Federación Nacional de Asociaciones Estatales de Escuelas Secundarias (<http://www.nfhslearn.com/>)
- Milwaukee Journal Sentinel – Entrevista con el Dr. Walters (<http://www.jsonline.com/multimedia/video/?bctid=1465030068001>)