

MANEJO DE LA CONCUSIÓN

¿Qué Es Concusión?

Una concusión es una lesión del cerebro debido a un golpe en la cabeza, o al golpear la cabeza contra otro objeto. Ésta puede resultar en pérdida de la consciencia o confusión. También puede causar amnesia (pérdida de memoria) acerca del evento relacionado con la concusión y del tiempo antes o después de ella.

¿Cuál Es la Causa de la Concusión?

El movimiento repentino del cerebro en el cráneo puede lesionar el cerebro. La mayoría de las concusiones son el resultado de accidentes automovilísticos, accidentes industriales, y deportes de contacto (como el fútbol americano y el hockey), caídas, y ataques físicos.

¿Cuáles Son los Síntomas de la Concusión?

Los síntomas son inconsciencia temporal, amnesia a corto plazo, mareo, dolor de cabeza, confusión, pérdida de coordinación leve, náusea, vómito, y ser incapaz de concentrarse. Usualmente los síntomas duran horas a varios días.

¿Cómo Se Diagnostica la Concusión?

El médico hace el diagnóstico a partir del examen neurológico detallado y de la historia de pérdida de la consciencia, amnesia, o confusión después de un golpe en la cabeza. El médico puede ordenar una tomografía computarizada (CT) o imágenes de resonancia magnética (MRI) del cerebro para descartar una hemorragia cerebral, pero estas pruebas usualmente muestran hallazgos normales.

¿Cuál Es el Tratamiento para la Concusión?

El tratamiento consiste en descansar y en la observación cuidadosa, usualmente en el hogar. Los primeros síntomas de una concusión imitan los de una lesión a la cabeza con sangrado cerebral. Si los síntomas empeoran o no mejoran, el médico debe descartar la hinchazón o el sangrado dentro del cráneo usando pruebas adicionales.

Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la Concusión

- ✓ **DEBE** tomar medicinas como el acetaminofén para el dolor de cabeza.
- ✓ **DEBE** ingerir una dieta suave. Para la náusea, ingiera principalmente meriendas pequeñas o líquidos.
- ✓ **DEBE** descansar lo suficiente hasta que se sienta normal. Pregunte al médico cuándo puede volver a trabajar o a hacer ejercicio. Una bolsa de hielo en la parte que fue golpeada puede ayudar a aliviar el dolor.
- ✓ **DEBE** observar la confusión que empeora, los dolores de cabeza que empeoran, la pérdida de coordinación, la pérdida de memoria, la náusea, el vómito, la debilidad muscular los problemas para caminar, las pupilas desiguales, las convulsiones, y la inhabilidad para despertar del sueño. Estos signos pueden indicar una condición que empeora y puede significar una emergencia.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si no mejora en 24 horas.
- ✓ **DEBE** evitar las lesiones a la cabeza: use siempre cinturón de seguridad al viajar en vehículos automotores. Use siempre casco al viajar en motocicletas. Use equipo protector para los deportes y limite las actividades de los deportes de contacto.

- ✓ **DEBE** evitar otra concusión. Las concusiones repetidas (especialmente en 3 meses) pueden producir daño permanente del cerebro e incluso la muerte. No juegue fútbol americano, boxeo, ni practique artes marciales hasta que su médico dice que se puede.
- ⊗ **NO DEBE** estar solo. Alguien debe examinarlo a menudo por las primeras 24 horas o hasta que se sienta normal.
- ⊗ **NO DEBE** tomar medicinas o sustancias que produzcan adormecimiento o cambios en el nivel de consciencia. Estas son las medicinas narcóticas para el dolor, el alcohol, las pastillas para dormir, los relajantes musculares, los tranquilizantes, y las drogas recreacionales. Éstas pueden enmascarar síntomas importantes que muestran empeoramiento de la condición.
- ⊗ **NO DEBE** realizar actividades extenuantes. Usted puede tener dolores de cabeza más severos. No debe operar maquinaria peligrosa. El estar mareado o tener una disminución en la coordinación muscular, en la habilidad para concentrarse, o en la memoria puede hacer peligroso el operar maquinaria.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- Brain Injury Association of America (formerly the National Head Injury Foundation):
Tel: (800) 444-6443; Website: <http://www.biausa.org>
- American Trauma Society: Tel: (800) 556-7890; Website: <http://www.amtrauma.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.