



Consejo Estatal para Personas con Discapacidades

Formulario Informativo de Contusiones para los Padres y Deportistas

Información Relevante:

La legislación de Delaware requiere que los/as atletas menores de 18 años de edad y sus padres revisen y firmen este formulario antes de participar en actividades patrocinadas por un club, liga o asociación. Las actividades incluidas incluyen fútbol americano, rugby, fútbol, basquetbol, lacrosse, atletismo, o hockey, artes marciales o deportes de combate, lucha libre, vóleibol, gimnasia, baseball, softbol, y porristas. Cuando este formulario sea firmado debería ser entregado a la organización patrocinadora antes de participar, y para actividades de una duración anual, debería firmarse anualmente.

Usted puede encontrar la información detallada relacionada a esta ley en la página web del SCPD (Consejo Estatal para Personas con Discapacidades) en la dirección <http://SCPD.delaware.gov>.

¿Qué es una contusión?

Una contusión es una lesión traumática del cerebro- o TBI, según sus siglas en inglés, causada por un golpe, choque o cualquier tipo de impacto a la cabeza, o un golpe a el cuerpo que cause que la cabeza y el cerebro se muevan hacia delante y hacia atrás drásticamente. Una contusión causa cambios al funcionamiento cerebral. No es necesario que el atleta pierda la conciencia (se desmaye) para haber sufrido una contusión. Un golpe en cualquier otro lugar del cuerpo puede causar una contusión, sin que el atleta haya golpeado su cabeza directamente.

Señales y síntomas de una contusión:

Las contusiones pueden afectar a niños(as) y adolescentes de maneras diferentes.

En la siguiente tabla hemos incluido los síntomas más comunes que se podrían reportar o podrían ser observados en caso de haber sufrido una contusión. Cabe señalar que los síntomas pueden tardar días para aparecer luego del golpe o la caída.

Observados en Niños(as) y Adolescentes	Observado por Padres, Entrenadores y Compañeros del Equipo
<ul style="list-style-type: none"> • Dolor o “presión” en la cabeza • Náuseas y vómitos • Mareos o problemas de equilibrio • Visión borrosa o doble • Sensibilidad a la luz y o el ruido • Ruido en los oídos • Dificultad para concentrarse o recordar cosas • Confusión • Sentirse lento • Sentirse triste, irritable o más emocional • Estar cansado o manifestar cambios en el sueño • Sentirse “algo extraño” o con “ánimos bajos” <p>Niños/as más pequeños podrían no ser capaces de reportar estos síntomas, por lo que las decisiones deberán basarse en la observación de adultos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pérdida de conciencia • Parece desorientado(a) o confundido(a) • Responde preguntas de forma tardía o lenta • Manifiesta cambios en el comportamiento, ánimo o personalidad, incluyendo estar más irritable o agresivo • No puede recordar qué sucedió antes o después del golpe o caída • Pierde la concentración realizando actividades • Se mueve con torpeza / Parece perder el equilibrio • Habla balbuceando • Está más impaciente o parece estar más cansado que de costumbre • Cambios en sus hábitos del sueño

¿Qué debería suceder si mi hijo(a) ha sufrido una contusión?

Los atletas deberán salir **inmediatamente** del juego, práctica o actividad. **Esta es la ley del estado de Delaware y ha sido creada para proteger a su hijo(a)**. Ellos no deberían volver a jugar **hasta haber sido observados y evaluados por un médico**. Si hubieran dudas sobre los efectos del golpe o caída, los atletas deberán tomar un descanso. Recuerde que es mejor perder un solo juego que perder toda la temporada deportiva. Si el atleta continúa jugando tras haber sufrido una contusión, éste podría sufrir serias consecuencias médicas, incluso fatales (Síndrome del Segundo Impacto). También si ha sufrido una contusión, o se sospecha de ello, el Distrito Escolar de Christina recomienda que debería consultar al médico de su hijo(a) para determinar cuándo puede volver a participar en otras actividades, por ejemplo, ir a la escuela, manejar un automóvil o montar una bicicleta.

Los atletas no deberían estar solos. Las contusiones podrían tener un efecto más serio en un cerebro joven o en desarrollo, por lo que podría extenderse hasta que sean adultos.

Considere que los atletas tratan de esconder los síntomas para seguir jugando.

Lleve a su hijo al doctor, aunque los síntomas cesen. No trate de juzgar la severidad de la lesión usted.

Para seguir jugando:

Las leyes de Delaware requieren que su hijo(a) haya sido tratado por un doctor y que el mismo le haya dado de alta, antes de regresar a jugar. Su doctor puede completar una planilla o entregarle una carta certificando que le ha dado de alta. Entregue la planilla o carta a la organización patrocinadora. Si el doctor limita las actividades relacionadas a su proceso educativo, tales como tareas, educación para conductores, educación física, y tiempos de receso, considere compartir esta planilla o carta con la escuela.

Páginas web adicionales:

Si tiene más preguntas relacionadas con el manejo de contusiones, le recomendamos visitar las siguientes páginas web:

[CDC Headsup Website](#)

[CDC Concussion Information](#)

[Moms Team Concussion Safety](#)

[Brainline Organization](#)

Yo confirmo que: (1) he leído la información incluida en este documento; y (2) si el atleta no puede leerlo independientemente debido a su habilidad lectora, yo he compartido las ideas más importantes con el atleta.

Firma del Padre/Guardián

Nombre escrito del Padre/Guardián

Fecha

Yo confirmo que he leído la información incluida en este documento o mi padre/guardián me ha leído las ideas más importantes

Firma del Atleta

Nombre escrito del Atleta

Fecha

*Recomendamos guardar una copia de esta planilla para su archivo.