

## Herramienta de Bolsillo de Reconocimiento de la Conmoción cerebral (Pocket CONCUSSION RECOGNITION TOOL™)

Para ayudar a identificar una conmoción cerebral en niños, jóvenes y adultos



FIFA®



### IDENTIFICAR Y RETIRAR

Se debe sospechar una conmoción cerebral si se presenta uno o más de las siguientes pistas, signos, síntomas visibles o errores en preguntas para la memoria.

#### 1. Pistas visibles de posible conmoción cerebral

Cualquiera de ellas o todas las siguientes pistas visibles pueden indicar una posible conmoción cerebral:

Pérdida del conocimiento o sensibilidad

Acostado inmóvil en el suelo/se levanta con lentitud

Inseguro sobre sus pies/problemas de equilibrio o se cae/descoordinado

Agarrarse o sostenerse la cabeza

Aturdido, en blanco o mirada perdida

Confuso/no consciente del partido o de los hechos

#### 2. Signos y síntomas de una posible conmoción cerebral

La presencia de uno o más de los signos y síntomas que siguen puede sugerir una conmoción cerebral:

- Pérdida de conocimiento
- Espasmos o convulsión
- Problemas de equilibrio
- Náuseas o vómitos
- Somnolencia
- Más emotivo
- Irritable
- Tristeza
- Fatiga o pérdida de energía
- Nervioso o ansioso
- "No sentirse bien"
- Dificultad de concentración
- Dolor de cabeza
- Mareo
- Confusión
- Lentitud de movimientos
- "Presión en la cabeza"
- Visión borrosa
- Sensibilidad a la luz
- Amnesia
- Sentirse como "en la niebla"
- Dolor de cuello
- Sensibilidad al ruido
- Dificultades para recordar

### 3. La función de memoria

La falta de contestación correcta a cualquiera de estas preguntas puede sugerir una conmoción cerebral.

"¿En qué cancha estamos hoy?"

"¿Primer tiempo o segundo tiempo?"

"¿Quién fue el último en marcar puntos en este partido?"

"¿Contra qué equipo jugaron la semana pasada el último partido?"

"¿Ganaron el último partido?"

**Cualquier deportista con una sospecha de conmoción cerebral debe ser INMEDIATAMENTE RETIRADO DEL JUEGO y no debe retornar a la actividad mientras no haya sido evaluado por un médico. Los deportistas con una sospecha de conmoción cerebral no deben quedarse solos y no deben conducir vehículos.**

Se recomienda que, en todos los casos de sospecha de conmoción cerebral, el jugador sea trasladado a un profesional médico para que emita un diagnóstico y orientación así como decisiones de retorno al juego, aún cuando hayan desaparecido los síntomas.

#### LUCES ROJAS

**Si ALGUNO de los que siguen se comprobaran, el jugador debe ser inmediatamente retirado en forma segura del campo. Si no hubiera disponible un profesional médico acreditado, considere transportarlo en ambulancia para ser evaluado en forma urgente por un médico:**

- El deportista se queja de dolor en el cuello
- Aumento de confusión o irritabilidad
- Vómitos repetidos
- Espasmos o convulsión
- Debilidad o cosquilleo/ardor en brazos o piernas
- Estado de deterioro del conocimiento
- Dolor de cabeza fuerte o en aumento
- Inusual cambio de comportamiento
- Visión doble

#### Recuerde:

- En todos los casos, se deben seguir los principios básicos de los primeros auxilios (peligro, respuesta, vía respiratoria, respiración, circulación).
- No intente mover al jugador (aparte de lo necesario para el apoyo a la vía respiratoria) a menos que esté entrenado para hacerlo.
- No le saque el casco (si tuviera) a menos que esté entrenado para hacerlo.