

# CENTRO DE CONMOCIONES CEREBRALES — HOUSTON METHODIST CONOZCA LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS

## ¿QUÉ ES UNA CONMOCIÓN CEREBRAL?

Una conmoción cerebral (o concusión, del inglés concussion) es una lesión cerebral leve. Las conmociones cerebrales son ocasionadas por un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o el cuerpo. Incluso un golpe pequeño, una pequeña pérdida de conciencia o lo que quizás parezca un impacto o sacudida leve en la cabeza, puede provocar una conmoción cerebral y debe ser tomado con seriedad.

## ¿CUÁLES SON LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS?

La conmoción cerebral no es visible. Los signos y síntomas de una conmoción cerebral pueden aparecer inmediatamente después de la lesión o pueden manifestarse durante el día siguiente. Si un estudiante/deportista reporta uno o más de los síntomas listados a continuación o si usted mismo nota estos signos y síntomas, aparte al estudiante/deportista de la práctica y del juego y busque atención médica de inmediato.

### Signos observables

- Parece aturdido o desconcertado
- Se muestra confundido respecto de la función o actividad asignada
- Olvida una instrucción
- No se muestra seguro respecto del juego o partido, de la puntuación ni de sus ponentes
- Su mueve con torpeza
- Responde con lentitud
- Pierde la conciencia (así sea por poco tiempo)
- Manifiesta cambios de humor, de conducta y de personalidad
- No recuerda sucesos anteriores al golpe o la caída
- No recuerda sucesos posteriores al golpe o la caída
- Pierde el equilibrio o se muestra inestable al caminar

### Síntomas reportados por el deportista

- Dolor de cabeza o "presión" en la cabeza
- Náuseas/vómitos
- Problemas de equilibrio o mareos
- Visión doble o borrosa
- Sensibilidad a la luz o al ruido (luz intensa o ruidos fuertes)
- Se siente lento, confundido, desorientado o atontado
- Problemas de concentración o memoria
- Confusión
- Simplemente no "se siente bien" o "se siente desanimado"

## SIGNOS DE PELIGRO

**Manténganse alerta a los síntomas y controle que no empeoren con el tiempo. El estudiante/deportista debe ser llevado de inmediato al departamento de emergencias si:**

- Una pupila (la parte negra del medio del ojo) está más grande que la otra
- Está somnoliento o no puede despertarse
- Tiene dolor de cabeza cada vez más intenso y que no cede
- Presenta debilidad, entumecimiento o falta de coordinación
- Vómitos o náuseas reiteradas
- Dificultad para hablar (arrastra las palabras)
- Convulsiones
- Dificultad para reconocer a personas o lugares
- Confusión, inquietud o agitación que empeora
- Comportamiento inusual
- Pérdida de conciencia (incluso una pequeña pérdida de conciencia debe ser tomada con seriedad)
- Dolor de cuello moderado o intenso

Los expertos del centro integran un equipo de asesoramiento en conmociones cerebrales para deportistas profesionales como los Houston Astros, Houston Texans, Houston Dynamo así como también para numerosos equipos universitarios, de escuelas secundarias y juveniles.

Para más información, por favor llame al **713.441.8277**  
o visite [houstonmethodist.org/concussion](http://houstonmethodist.org/concussion)



PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA OFICIAL

