



Herramienta de Reconocimiento de la Conmoción Cerebral Ayuda a identificar conmociones cerebrales en niños, adolescentes y adultos

¿Qué es la Herramienta de Reconocimiento de la Conmoción Cerebral?

Una conmoción cerebral es una agresión cerebral. La Herramienta de Reconocimiento de la Conmoción Cerebral 6 (CRT6) puede ser utilizada para que personas sin formación médica puedan identificar y actuar en casos de sospecha de conmoción cerebral. No está diseñada para diagnosticar conmociones cerebrales.

Reconocer y retirar

Banderas rojas - LLAME A UNA AMBULANCIA

Si observa **CUALQUIERA** de los siguientes signos o se notifica molestias tras un impacto en la cabeza o el cuerpo, el deportista debe ser retirado inmediatamente del juego/de la actividad y trasladado para recibir atención médica urgente por un profesional sanitario:

- Dolor o molestias en el cuello
- Crisis convulsivas
- Pérdida de visión o visión doble
- Pérdida del conocimiento
- Mayor confusión o disminución del estado de consciencia (menor capacidad de reacción, somnolencia)
- Debilidad o entumecimiento/hormigueo en más de un brazo o pierna.
- Vómitos repetidos
- Dolor de cabeza intenso o en aumento
- Cada vez más inquieto, agitado o agresivo
- Deformidad visible del cráneo

Recuerde

- En todos los casos, deben seguirse los principios básicos de los primeros auxilios: evaluar el peligro en el lugar de los hechos, comprobar las vías respiratorias, la respiración y la circulación; buscar una disminución de la consciencia o lentitud o dificultad para responder a las preguntas.
- No intente mover al deportista (salvo si es necesario para mantener las vías respiratorias) a menos que esté entrenado para ello.
- No le quite el casco (si lo lleva) ni ningún otro equipamiento.
- Considere una posible lesión medular en todos los casos de un traumatismo en la cabeza.
- En deportistas con discapacidades físicas o del desarrollo conocidas debe aplicarse un umbral más bajo para ser retirados del juego.

Esta herramienta puede copiarse libremente en su forma actual para su distribución a individuos, equipos, grupos y organizaciones. Cualquier alteración (incluyendo traducciones y reformateo digital), cambio de marca o venta con fines comerciales no está permitida sin el consentimiento expreso y por escrito del BMJ.

Si no hay Bandera Roja, la identificación de una posible conmoción cerebral debe proceder como sigue:

Debe sospecharse una conmoción cerebral tras un impacto en la cabeza o el cuerpo cuando el deportista se comporte diferente de lo habitual. Tales cambios incluyen la presencia de uno o más de lo siguiente: indicios visibles de conmoción cerebral, signos y síntomas (como dolor de cabeza o inestabilidad), alteración de la función cerebral (por ejemplo, confusión) o comportamiento inusual.



1. Indicios visibles de sospecha de conmoción cerebral:

Los indicios que sugieren conmoción cerebral incluyen:

- Pérdida de conciencia o capacidad de respuesta
- Permanecer inmóvil en la superficie de juego
- Caída sin protegerse sobre la superficie de juego
- Desorientación o confusión, mirada fija o capacidad de reacción limitada, o incapacidad para responder a las preguntas de manera adecuada.
- Mirada perdida, en blanco o vacía
- Convulsiones
- Inestabilidad / problemas de equilibrio o caídas / falta de coordinación / tambaleante
- Lesión facial

2. SÍNTOMAS de sospecha de conmoción cerebral

Síntomas físicos

Dolor de cabeza
"Presión en la cabeza"
Problemas de equilibrio
Náuseas o vómitos
Somnolencia
Mareo
Visión borrosa
Mayor sensibilidad a la luz
Mayor sensibilidad al ruido
Fatiga o debilidad generalizada
"No se siente bien"
Dolor de cuello

Cambios en las emociones

Más emotivo
Más irritable
Triste
Nervioso o ansioso

Cambios en el pensamiento

Dificultad para concentrarse
Dificultad para recordar
Sensación de lentitud
Sentirse aturdido o "espeso"

Recuerde: los síntomas pueden aparecer de minutos a horas después de un traumatismo en la cabeza.

3. Concienciación

(Modifique cada pregunta según el deporte y la edad del deportista)

No responder de forma correcta a cualquiera de estas preguntas puede sugerir una conmoción cerebral:

- “¿Dónde estamos hoy?”
- “¿Qué partido estás jugando?”
- “¿Quién marcó el último en este partido?”
- “¿Contra qué equipo jugaste la semana pasada/ la última vez?”
- “¿Ganó tu equipo el último partido?”

Cualquier deportista con sospecha de conmoción cerebral debe ser RETIRADO INMEDIATAMENTE DEL ENTRENAMIENTO O DE LA COMPETICIÓN y NO DEBE VOLVER A NINGUNA ACTIVIDAD CON PELIGRO DE CONTACTO EN LA CABEZA, CAÍDA O COLISIÓN, incluida la ACTIVIDAD DEPORTIVA, hasta que sea EVALUADO MÉDICAMENTE, aunque los síntomas desaparezcan.

Los deportistas con sospecha de conmoción cerebral **NO** deben:

- Ser dejados solos inicialmente (al menos durante las 3 primeras horas). El empeoramiento de los síntomas debe orientar una atención médica inmediata.
- Ser enviados a casa solos. Deben estar con un adulto responsable.
- Beber alcohol, consumir drogas recreativas o fármacos no prescritos por el médico.
- Conducir un vehículo de motor hasta que un profesional sanitario lo autorice.