

# Concusión provocada por deportes

Una concusión es una lesión del cerebro causada por un golpe en la cabeza que da lugar a la pérdida pasajera de la función cerebral normal. Los Centers for Disease Control and Prevention (CDC) calculan que, en Estados Unidos, cada año acontecen unas 300.000 lesiones cerebrales relacionadas con el deporte. Las concusiones también pueden ser consecuencia de un traumatismo craneal a partir de una caída o durante un accidente de automóvil.

El número de *JAMA* correspondiente al 19 de noviembre de 2003 incluye 2 artículos sobre concusiones en estudiantes universitarios jugadores de fútbol americano.

## SIGNOS Y SÍNTOMAS DE UNA CONCUSIÓN

- Dolor de cabeza (cefalea).
- Incapacidad para recordar lo que sucedió en el preciso momento antes y después del traumatismo craneal.
- Confusión.
- Incapacidad para llevar a cabo una serie de instrucciones simples.
- Alteraciones de la visión.
- Inestabilidad, pérdida del equilibrio.
- Náuseas y vómitos.

Para presentar una concusión, una persona no tiene por qué haber perdido la conciencia. En numerosos casos, los síntomas de una concusión leve desaparecen al cabo de minutos. Si esta lesión tiene lugar mientras practica un deporte, es preciso sacar al jugador del campo y no se le permitirá seguir jugando en dicho partido o entrenamiento. Las nuevas directrices hacen hincapié en una estrategia gradual y supervisada médicamente de "reanudar el deporte", lo que dependerá de la gravedad de la concusión.



## EFECTOS TARDÍOS

En personas que han sido víctimas de un traumatismo craneal, durante varias semanas a meses pueden persistir problemas con la memoria y concentración, cefaleas, fatiga y mareo, lo que se conoce como **síndrome posconcusión**. Los jugadores que vuelven a jugar o a entrenar antes de que la concusión se haya resuelto por completo y, más tarde, experimentan un segundo traumatismo craneal corren riesgo de presentar una lesión cerebral grave o incluso de fallecer.

## PREVENCIÓN

Cuando practique deportes de contacto o cualquier otra actividad en la que es posible un golpe en la cabeza, incluyendo ciclismo o motociclismo, montar en monopatín o el patinaje en línea, utilice siempre un casco protector que se ajuste apropiadamente.

## PARA MÁS INFORMACIÓN

- National Center for Injury Prevention and Control  
Tel.: 770/488-1506.  
[www.cdc.gov/ncip](http://www.cdc.gov/ncip)
- National Institute of Neurological Disorders and Stroke  
[www.ninds.nih.gov](http://www.ninds.nih.gov)

## PARA SU PROPIA INFORMACIÓN

Para localizar esta "Página de *JAMA* para el Paciente" u otras previas, acceda al índice de la "Página para el Paciente" en la web de *JAMA* ([www.jama.com](http://www.jama.com)). Las "Páginas de *JAMA* para el Paciente" están disponibles en inglés y en español. En el número correspondiente al 11 de junio de 2003 se publicó una "Página para el Paciente" sobre lesión cerebral traumática.

Fuentes: American Association of Neurological Surgeons; Congress of Neurological Surgeons; American Neurological Association, y National Center for Injury Prevention and Control.

Redactora: Sharon Parmet, MS

Diseñador: Cassio Lynn, MA

Editor: Richard M. Glass, MD

La "Página de *JAMA* para el Paciente" es un servicio público de la revista *JAMA*. La información y recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no constituyen el sustituto de un diagnóstico médico. Para una información más específica sobre su caso particular, la revista *JAMA* le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de asistencia sanitaria pueden reproducir esta página sin fines comerciales y facilitarla a los pacientes. Cualquier otro tipo de reproducción debe someterse a la aprobación de la AMA. Para adquirir separatas, pueden ponerse en contacto con el teléfono +718/946-7424.

