Hablemos Acerca De…

Los traumas cerebrales leves

Los traumas cerebrales leves (MTBI, por sus siglas en inglés, o conmociones) son lesiones físicas al cerebro y son comunes en la niñez. La conmoción puede ser ocasionada por una caída o un golpe fuerte en la cabeza. También puede ocurrir una conmoción cerebral si la cabeza se golpea contra algún objeto, como sucede en un accidente automovilístico o de bicicleta. Su hijo puede experimentar una pérdida breve del conocimiento (desmayo), aturdimiento o confusión. La mayoría de los niños no tienen problemas serios después de este tipo de lesiones, pero la mayoría de los niños deberían ver a un médico rehabilitador que se especialice en MTBI. Es posible que sea necesario hospitalizar al niño para que esté en observación por un período de tiempo. El tiempo de recuperación cuando se tiene MTBI varía en cada caso.

Síntomas de un trauma cerebral leve (MTBI)			
Físicos	**De conocimiento**	**Emocionales**	**Del sueño**
• Dolores de cabeza • Náuseas (siente ganas de vomitar)* • Cansancio* • Problemas con la vista • Mareos • Ojos demasiado sensibles a la luz* • Sensibilidad al ruido* • Adormecimiento o cosquilleo • Vómito*	• Confuso • Dificultad para concentrarse • Dificultad para recordar • Se siente más lento	• Irascible* • Triste • Más sensible emocionalmente • Nervioso	• Somnoliento* • Duerme más de lo normal* • Duerme menos de lo normal* • Dificultar para dormir*
* Síntomas que se pueden ver en bebés y niños pequeños.			

Señales de alarma: llame a su médico o vaya a emergencias si su hijo presenta repentinamente alguna de las siguientes manifestaciones.				
Físicos			**De conocimiento**	
• El dolor de cabeza empeora aunque tome medicamento para calmar el dolor. Este dolor dura más de un día o es tan severo que afecta el nivel de actividad del niño (por ejemplo, no puede jugar, no puede ir a la escuela) • Los brazos o piernas están débiles o adormecidos	• Vomita durante más de 2 días o sucede más de 3 veces en 2 días • Las pupilas de los ojos no son del mismo tamaño • Convulsiones • Muchos mareos o cada vez más mareos	• Inflamación del cuero cabelludo o de la cara, y esta inflamación empeora • El área inflamada de la cabeza es rojiza, cálida o le sale pus. • El niño sangra o le sale algún líquido claro de su nariz u oídos.	• Está más somnoliento de lo normal y es difícil despertarlo. • No reconoce personas ni lugares • Cada vez más confusión • Problemas de dicción	• Pérdida del conocimiento (desmayo) • Cambios de conducta inhabituales • Cada vez más irascibilidad o no puede controlarlo (pedirle que se calme)

¿Cuáles son algunas de cosas que pueden ayudar a mi hijo a sanar?

- Ayude a su hijo para que descanse mucho. Asegúrese de que duerma lo suficiente durante la noche; sin desvelarse. Procure el mismo horario para ir a dormir el fin de semana y entre semana.
- Permita a su hijo tomar siestas o descansos cuando se sienta cansado o agotado. Restrinja la siesta a 1 ó 2 horas al día.
- Aliente a su hijo a que beba muchos líquidos y a que consuma una dieta balanceada. Evite alimentos con mucha azúcar.
- A medida que los síntomas desaparecen, su hijo podría volver paulatinamente a sus actividades normales. Si los síntomas empeoran o regresan, restrinja sus actividades nuevamente para luego aumentarlas lentamente.
- Mientras su hijo se recupera, es normal que sienta frustración o tristeza, porque no se siente bien y no puede tener el mismo nivel de actividad habitual.
- Usted debería llevar a su hijo de regreso al médico para que lo examinen nuevamente, con el fin de ayudarle a recuperarse.

¿Cómo puedo proteger a mi hijo?

- Es muy importante que proteja a su hijo de más daños cerebrales después de la primera conmoción.
- Evite que su niño realice actividades que puedan causar otra conmoción cerebral, como deportes de contacto directo o andar en bicicleta, durante el tiempo indicado por su médico, quien deberá entregárselo por escrito. Un período normal de recuperación es generalmente de 4 a 6 semanas. Aunque su hijo vuelva a actuar normalmente, el cerebro todavía está curándose. Si aún tiene síntomas, no le permita regresar a las actividades deportivas. Asegúrese de que el maestro de educación física, su entrenador y su preparador atlético sepan sobre la conmoción de su hijo y las restricciones a las actividades de su hijo.
- Cuando regrese a su nivel de actividad normal, su niño debe usar siempre un casco cada vez que ande en bicicleta, motocicleta, patines, patineta, monopatín (patín del diablo), vehículo de recreación, caballo, vehículos todo terreno, snowboard, moto para nieve o esquís.
- Como siempre, use el cinturón de seguridad y el asiento de seguridad en el automóvil. Asegúrese de que los cinturones de seguridad estén instalados correctamente y de acuerdo a la edad y peso de su niño.
- Pida información a su doctor o enfermera con respecto a las medidas de seguridad específicas para su niño.

¿Puede mi hijo tener problemas que duren más tiempo?

- La mayoría de los niños se recuperan completamente en unas semanas después de los MTBI. Sin embargo, algunos (3 de 20 niños) podrían tener problemas que duren mucho más tiempo. Algunos de estos problemas incluyen lo siguiente:
- Cambios en el comportamiento o en su personalidad
- Su hijo presenta acciones imprudentes o impredecibles que lo podrían lastimar.
- No tolera la rutina diaria (por ejemplo, no puede soportar el horario escolar, se duerme temprano o muy tarde, se irrita al hacer actividades diarias).
- Cambios de conocimiento
- Dificultad para poner atención y concentrarse, por ejemplo, problemas para mantener la atención en una conversación, cambia de un tema a otro, presenta problemas para concentrarse o terminar un proyecto.
- Problemas de memoria, por ejemplo: no puede seguir los pasos para concluir algo, no puede recordar información, puede perderse, olvida nombres, no recuerda instrucciones, manifiesta problemas para aprender cosas nuevas.
- Menos resistencia, por ejemplo: se cansa rápidamente, toma más tiempo para comprender la información, reacciona lentamente, se frustra incluso con cantidades pequeñas de información.

¿Y respecto a la escuela?

- Cuando su hijo vuelva a la escuela, el personal de ésta podría no saber nada acerca de la conmoción.

Esto puede constituir un problema. Los maestros podrían no entender los cambios en el comportamiento de su hijo, y su rendimiento escolar puede deberse a la conmoción cerebral.

- Su hijo podría no saber qué está mal. Puede sentirse frustrado porque no puede tener un buen rendimiento escolar.
- Las escuelas pueden realizar ajustes especiales para niños con lesiones cerebrales leves tales como cambios en el horario escolar, utilizar diferentes estilos de enseñanza o proveer agendas para ayudar al niño a organizarse.
- La escuela de su hijo o la oficina del distrito escolar correspondiente también tienen información. Algunos distritos escolares tienen un equipo de conmociones cerebrales listo para responder sus preguntas e inquietudes.

¿Qué tipo de seguimiento debemos procurar con el médico?

- Traiga a su hijo con el médico para sus visitas de seguimiento. El médico de su hijo estudiará el progreso de su niño. Evaluará la concentración, la memoria, el juicio, el equilibrio y otras funciones cerebrales.
- Usted puede compartir con los maestros y entrenadores de su hijo la información facilitada por el médico.
- Algunos niños presentan problemas de larga duración aún cuando los síntomas parecen haber desaparecido. Asegúrese de llevar a su hijo con el médico para sus visitas de seguimiento. El médico puede indicarle que su hijo vea a un doctor rehabilitador que se especialice en MTBI. El doctor rehabilitador también le ayudará a su hijo a que regrese a la escuela y al deporte.

Para más información...

- **Departamento de Rehabilitación Primary Children's Medical Center**
  100 North Mario Cappechi Drive
  Salt Lake City, Utah 84113
  801.662.4949
- **Doctor rehabilitador de la University Orthopedic Clinic**
  590 Wakara Way
  (East of Foothill Drive in Research Park)
  Salt Lake City, UT 84108
  801.587.7109
  888.587.7109
- **Brain Injury Association of Utah, Inc.**
  1800 S. West Temple #203
  Salt Lake City, Utah 84115
  801. 484.2240
  www.biau.org
- **Brain Injury Association of America**
  8201 Greenboro Drive, Suite 611
  McLean, Virginia 22120
  703.761.0750
- **Family Helpline**
  800.444.6443
  www.biausa.org
- **Utah Parents Center**
  www.utahparentcenter.org
- **Medical Home Portal**
  www.medicalhomeportal.org

Intermountain
Primary Children's
Medical Center
Healing for life℠

Pediatric Education Services
801.662.3500 Rev. 11/10
© Primary Children's Medical Center 2010
Mild traumatic brain injuries
ST-11/10

Toda la información contenida en las series ***Hablemos Acerca de...*** tiene solamente un propósito educativo. Esta información educacional no sustituye el consejo de un médico ni el cuidado que un médico u otro proveedor de salud pueden brindar. Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su niño, comuníquese con su proveedor de salud.