

## Concusiones Deportivas

**Condición:** Las conmociones cerebrales deportivas son lesiones cerebrales que resultan de un golpe en la cabeza. Por lo general, no hay pérdida del conocimiento.

**Antecedentes:** según los CDC, aproximadamente entre 1,6 y 3,8 millones de conmociones cerebrales ocurren cada año en los EE. UU. Entre las actividades deportivas y recreativas. La lesión provoca cambios en el cerebro que pueden durar días, semanas o meses.

**Factores de riesgo:** las conmociones cerebrales son más comunes en los niños que juegan al fútbol y en las niñas, pero cualquier deporte puede provocar una conmoción cerebral. Después de una conmoción cerebral, una persona tiene un mayor riesgo de tener otra conmoción cerebral.

**Historia y síntomas:** los síntomas suelen aparecer inmediatamente después del golpe en la cabeza, pero pueden manifestarse en los próximos días. Pueden incluir dolor de cabeza, confusión, náuseas, pérdida de memoria y zumbidos en los oídos. Otros síntomas pueden aparecer un poco más tarde, como dificultad para dormir, concentrarse, sentirse cansado o irritabilidad.

**Examen físico:** después de cualquier golpe en la cabeza, la persona lesionada debe ser examinada por un médico. Una vez estabilizado, un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatra) que se especializa en conmociones cerebrales debe evaluar al paciente como paciente ambulatorio. El médico Fisiatra puede recetar terapias específicas como la terapia vestibular para ayudar al paciente a controlar el equilibrio y los mareos. Si se considera necesario, el Fisiatra también puede recetar medicamentos.

**Proceso de diagnóstico:** no existen análisis de sangre ni pruebas de diagnóstico por imágenes para diagnosticar una conmoción cerebral. En cambio, el médico evaluará los síntomas del paciente y lo evaluará en múltiples visitas.

**Manejo de la rehabilitación:** el cerebro necesita descansar después de una conmoción cerebral para que pueda sanar. Habrá un sistema graduado para permitir que un atleta regrese al deporte o la escuela. Esto estará determinado por la rapidez con la que el paciente pueda volver a sus actividades normales sin que los síntomas vuelvan a aparecer. Incluso mirar televisión y leer puede empeorar los síntomas. El médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatra) puede brindar orientación en el proceso. En casos más graves, pueden controlar los dolores de cabeza con varios medicamentos e inyecciones. También pueden derivar al paciente a un neuropsicólogo para realizar pruebas cognitivas.

**Otros recursos para pacientes y familias:** Las familias deben comprender la importancia del descanso después de una conmoción cerebral y síntomas de alerta. Estos síntomas incluyen aumento de la somnolencia, dolores de cabeza repentinos y debilitantes o nueva debilidad. Estos síntomas requieren una visita a la sala de emergencias.

## Preguntas Frecuentes

### **¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?**

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite [www.aapmr.org/aboutpmr](http://www.aapmr.org/aboutpmr).

### **¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?**

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

### **¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?**

Visite [www.aapmr.org/findapmrphysician](http://www.aapmr.org/findapmrphysician) o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.