

Concusión: conceptos básicos

¿QUÉ ES UNA CONCUSIÓN?

Una concusión ocurre cuando el cerebro es sacudido dentro del cráneo por un golpe en la cabeza o en el cuerpo, o por una caída sobre una superficie u objeto. La sacudida puede dañar y estirar las neuronas, se producen cambios químicos y pérdida temporal de la función cerebral normal, en especial de la memoria y orientación.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Una concusión puede provocar pérdida del estado de alerta por segundos o minutos. La persona puede permanecer aturdida unos días o semanas. Los síntomas inmediatos incluyen cefalea (dolor de cabeza), mareo, habla balbuceante y confusión. Otros síntomas son náusea, vómito, respuesta retardada a preguntas y fatiga. La mayoría de las personas se recuperan en una o dos semanas y en algunas persisten síntomas como problemas de memoria, cefalea o cambios de conducta.

¿CUÁLES SON LAS CAUSAS?

Las causas más comunes son accidentes automovilísticos y caídas, y las lesiones en deportes como fútbol americano, básquetbol, hockey, lucha libre, fútbol y lacrosse. En niños, una caída en el patio de juegos o al andar en bicicleta también pueden causar una concusión.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Los médicos evalúan signos y síntomas que sugieren una concusión, como pérdida de memoria o confusión, y evalúan audición, vista, lenguaje, equilibrio, reflejos, coordinación, sensibilidad y fuerza. También realizan pruebas de memoria y concentración y, en pacientes con vómito, crisis convulsivas, cefalea intensa, o cuyos síntomas empeoran, se pueden solicitar estudios de imagen, como tomografía o resonancia magnética, en búsqueda de inflamación, sangrado u otros signos de traumatismos.

¿QUÉ TRATAMIENTOS ESTÁN DISPONIBLES?

Si sucede mientras jugaba un deporte, se debe retirar al atleta del campo de juego inmediatamente y evaluarse por un neurólogo. El atleta no debe reanudar el juego hasta que un neurólogo lo permita. Se utiliza paracetamol (Tylenol®) para la cefalea en lugar de otros antiinflamatorios no esteroideos, como ibuprofeno (Advil®) o aspirina, ya que pueden aumentar el riesgo de sangrado cerebral. No se recomienda el uso diario de analgésicos porque pueden provocar cefalea de rebote. La American Academy of Pediatrics actualizó sus guías para la concusión relacionada con deportes y sugiere actividades limitadas como trotar. Indica que está bien reanudar el uso de dispositivos electrónicos y promueve un regreso rápido a la actividad escolar pero con reducción de la carga.

¿QUÉ SE ESTÁ INVESTIGANDO?

Un consorcio formado por la National Collegiate Athletic Association (NCAA), Department of Defense (DoD), Center for Injury Research and Prevention (CIRP), y establecido en Children's Hospital of Philadelphia Research Institute, US Centers for Disease Control and Prevention (CDC) y en los National Health Institutes (NIH), reúne información sobre la prevención, diagnóstico y tratamiento. Como parte del consorcio Concussion Assessment, Research and Education (CARE), la NCAA y el DoD han incluido a más de 40 000 atletas en la base de datos Federal Interagency Traumatic Brain Injury Research. El grupo multidisciplinario de CIRP traduce los resultados de la investigación en consejos para familias, médicos y legisladores.

Para más artículos en inglés sobre concusión, visite BrainLifeMag.org.

Para consultar más recursos y apoyos sobre concusión, incluidos resúmenes para pacientes de los lineamientos para concusiones deportivas, una lista de verificación para concusión y la aplicación *Concussion QuickCheck*, visite AAN.com/concussion.

Para consultar más recursos y apoyos, contacte a:

- Brain Injury Association of America: biausa.org; 800-444-6443
- Brain Trauma Foundation: braintrauma.org; 408-369-9735
- Concussion Legacy Foundation: concussionfoundation.org; 857-244-0810
- International Concussion Society: concussion.org; info@concussion.org
- National Institute of Neurological Disorders and Stroke: ninds.nih.gov; 800-352-9424

PUBLICACIONES EN ESPAÑOL: *Brain & Life* en español y *Basics* en español disponibles ya en BrainandLife.org; Traumatismo Cerebral: Esperanza en la Investigación: bit.ly/NINDS-TraumatismoCerebral-Espanol

FUENTES: AMERICAN JOURNAL OF MEDICINE, AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS, US CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION, CLEVELAND CLINIC, MAYO CLINIC, NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH