



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

Señales de alerta - 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.

Si no hay ninguna Señal de alerta, 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.

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.



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	Cambios en las emociones
Dolor de cabeza	Más emotivo
"Presión en la cabeza"	Más irritable
Problemas de equilibrio	Triste
Náuseas o vómitos	Nervioso o ansioso
Somnolencia	
Mareo	Cambios en el pensamiento
Visión borrosa	Dificultad para concentrarse
Mayor sensibilidad a la luz	Dificultad para recordar
Mayor sensibilidad al ruido	Sensación de lentitud
Fatiga o debilidad generalizada	Sentirse aturdido o "espeso"
"No se siente bien"	
Dolor de cuello	

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

3. Estado de alerta (consciencia)

(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.