

LESIÓN CEREBRAL Y SALUD RURAL



Las personas que viven en áreas rurales tienen un mayor riesgo de sufrir una lesión cerebral, y mayor mortalidad, en parte debido a la mayor distancia para recibir atención especializada.

60 millones ➔ 60 millones (1 de cada 5) de personas viven en áreas rurales de Estados Unidos, lo que hace que los problemas con el manejo y los recursos para las Lesiones Cerebrales Traumáticas sean un problema de salud pública grande.

Factores que contribuyen a tasas más altas de lesión cerebral:

Problemas ambientales (malas condiciones de las carreteras, clima impredecible, ganado y vida silvestre), consumo de alcohol y conducción de vehículos, y drogadicción.



Las consecuencias son peores debido a:

Tiempos de viaje más largos para recibir atención de emergencia, falta de acceso a centros de trauma de nivel 1, falta de atención especializada en lesiones cerebrales y alto costo de la atención médica en las áreas rurales.

LAS MEJORES PRÁCTICAS

Los proveedores en las Áreas Rurales deberían:

- **EXAMINAR** si hay antecedentes de Lesión Cerebral
- **EVALUAR** el deterioro cognitivo y funcional
- **CAPACITAR** al personal sobre las Lesiones Cerebrales
- **SUMINISTRAR INFORMACIÓN** a la persona acerca de su Lesión Cerebral
- **PROPORCIONAR** y **ENSEÑAR** adaptaciones
- **CONECTAR** la persona atendida con Recursos Comunitarios

PROBLEMAS COMUNES

Después de una Lesión Cerebral, frecuentemente vemos problemas con:

- La atención, la memoria y los nuevos aprendizajes
- La velocidad de procesamiento más lenta
- La organización, la resolución de problemas y la impulsividad
- Irritabilidad, frustración y agitación
- Equilibrio, mareos y dolores de cabeza
- Escasa conciencia de los déficits y las dificultades
- Dificultad para ser flexible, autoseguimiento deficiente

QUÉ BUSCAR

Los proveedores en las Áreas Rurales podrían ver:

- Niños con resultados deficientes en la escuela; adultos con dificultades en el trabajo
- No asistencia a las citas
- Apariencia de incumplimiento porque ellos no pueden recordar las dosis ni los horarios de toma de los medicamentos
- Lentitud para seguir instrucciones porque ellos no pueden procesarlas rápidamente.
- Caídas y lesiones frecuentes
- Problemas de crianza de los hijos y en las relaciones debido a los cambios cognitivos
- Se queda estancado en una idea o en una manera de hacer algo, no reconoce los errores

Las comunidades rurales enfrentan problemas con tasas más altas de enfermedades crónicas tal como la obesidad y la presión arterial alta, más consumo de drogas psicoactivas, menos acceso al transporte y a una atención médica de calidad, mayor pobreza y peores infraestructuras en general.

Adaptaciones comunes para las dificultades por Lesión Cerebral

He aquí algunas adaptaciones comunes y sencillas:

- Trabajar por periodos de tiempo más cortos.
- Eliminar las distracciones, tal como el ruido o el movimiento.
- Tomar notas (en papel, en una libreta, en un teléfono o computadora).
- Usar un teléfono para establecer alarmas para recordar citas y horarios de toma de medicamentos; proporcionar un cronograma para escribir marcas de verificación de toma de medicamentos para evitar que la persona olvide que ya ha tomado un medicamento.
- Repetir información a la persona.
- Hablar más despacio; darles más tiempo para responder.
- Proporcionar una lista escrita de estrategias sin medicamentos para evitar o reducir el dolor.
- Enseñar a la persona a respirar profundo cuando se sienta enojada o ansiosa.

Tomar nota

Herramientas para las mejores prácticas

Herramienta de estrategias y adaptaciones de Brain Links: <https://www.tndisability.org/rehabilitation>

Cuestionario sobre síntomas: <https://mindsourcencolorado.org/adult-symptom-questionnaire/>

Guía de estrategias cognitivas: <https://mindsourcencolorado.org/wp-content/uploads/2019/05/Strategies-and-Accommodations-Guidebook-CJ-Professionals-5.6.19.pdf>

Recursos de exámenes para lesiones cerebrales:

- **Método de identificación de Lesión Cerebral Traumática (TBI = Traumatic Brain Injury) de OSU:** <https://wexnermedical.osu.edu/neurological-institute/neuroscience-research-institute/research-centers/ohio-valley-center-for-brain-injury-prevention-and-rehabilitation/osu-tbi-id>
- **OBISSS de NASHIA:** <https://www.nashia.org/obisssprogram>



Recursos de Tennessee

Sitio web de Brain Links con muchos recursos:
<https://tndisability.org/brain>

Conjuntos de herramientas de Brain Links (para profesionales de servicios y para sobrevivientes):
<https://www.tndisability.org/brain-toolkits>

Programa para TBI del Departamento de Salud de TN:
<https://tinyurl.com/3v5jrdt3>



Páginas de recursos y capacitación con respecto a Lesiones Cerebrales de Tennessee Brighter Futures:
<https://www.tndisability.org/tbf-brain-injury>



Páginas de recursos y capacitación con respecto a la Salud Rural:
<https://www.tndisability.org/tbf-social-determinants-health>

TN Brighter Futures es organizado y dirigido por Brain Links a través de un contrato del Programa para TBI (Traumatic Brain Injury = Lesión Cerebral Traumática) del Departamento de Salud de TN.



Recursos sobre los determinantes sociales de la salud

Referencias:

- Brown J.B., Kheng M., Carney N.A., Rubiano A.M & Puyana J.C. (2019). Disparidad geográfica y Lesión Cerebral Traumática en Estados Unidos: Las áreas rurales sufren peores resultados. *J Neurosciences Especialidad profesional rural*. Ene-Mar;10(1): 10-15.
- Womack L, Daugherty J, Sarmiento K, y otros. 2022. 142 disparidades en la mortalidad por lesiones cerebrales traumáticas entre zonas urbanas y rurales, por edad y mecanismo de lesión. *Prevención de lesiones* 26:A20-A21.
- Daugherty J, Waltzman D, Popat S, Horn Groenendaal A, Cherney M, Knudson A. (2022) Dificultades y oportunidades en el diagnóstico y manejo de lesiones cerebrales traumáticas leves en áreas rurales. *Salud Rural y Remota*. 22: 7241.

