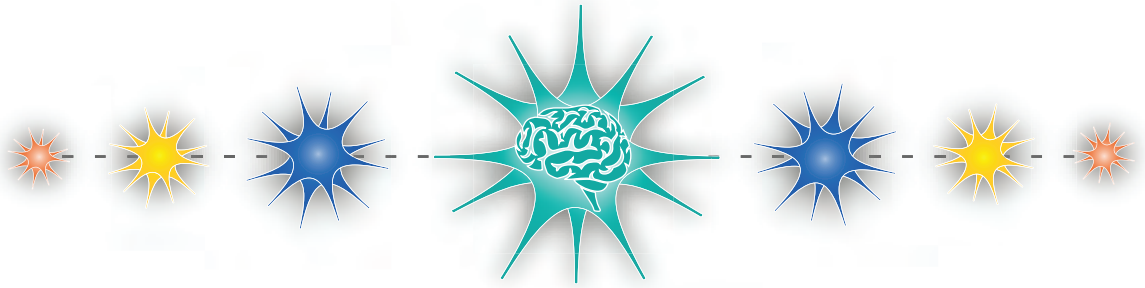
CUANDO LOS SÍNTOMAS DE UNA CONCUSIÓN NO SE VAN

UNA GUÍA PARA PADRES DE NIÑOS QUE ESTÁN EN EDAD ESCOLAR



¿TU HIJO TIENE UNA CONCUSIÓN?

Si su hijo tiene una Concusión, también llamada lesión cerebral leve, hay ciertos pasos que debes tomar para ayudar a aliviar sus síntomas. Por lo general, los síntomas de una concusión desaparecerán a los tres meses. Para la mayoría de los niños, los síntomas desaparecerán en dos a cuatro semanas. Sin embargo, algunos niños tienen síntomas que duran mas de tres meses.

Si tiene un hijo en edad escolar, tres meses es demasiado tiempo para esperar y ver si los síntomas desaparecen. Debe actuar antes, junto con la escuela, para ayudar a su hijo a tener un buen desempeño en la escuela y mantenerse al día.

Aquí hay algunos pasos que debes seguir cuando su hijo tiene una lesión en la cabeza.

LO PRIMERO DESPUÉS DE LA LESIÓN

- Dirijase al médico o al servicio de urgencias.
- Siga el plan de cuidado del médico. Observe cuidadosamente a su hijo para detectar cambios.
- Haga que su hijo descanse durante uno a tres días, según sea necesario.
- Obténga una carta del médico que indique que su hijo tiene una concusión (o lesión cerebral leve).
- Entregue copias de la carta a todos los maestros y entrenadores, así como a la enfermera de la escuela y al director. Guarda una copia para usted.

LOS PRIMEROS DÍAS A LAS SEMANAS DESPUÉS DE LA LESIÓN

Después de tres días, asegúrese de que su hijo no descanse demasiado o tenga demasiada actividad. Es más seguro encontrar un balance.

PARA UN NIÑO EN LA GUARDERIA O EN EL PREESCOLAR

El personal de la escuela debe poner la carta del médico en el expediente médico y el archivo escolar de su hijo. Incluso si su hijo parece estar bien ahora, pueden tener problemas más adelante a medida que su cerebro madura. Cuando su hijo regrese a la escuela, asegúrese de:

- Retornar el niño a la escuela cuando pueda concentrarse durante al menos 30 minutos. Iniciar con medio día.
- Pedir a la maestra que haga cambios simples para ayudar a los síntomas de su hijo. Por ejemplo, si su hijo tenía un brazo roto, otro estudiante tomaría notas por él hasta que se cure. Hay otros cambios que podrían ayudar en cualquier momento:
  - Descansar con la cabeza baja y/o los ojos cerrados.
  - Tomar descansos mentales en una habitación tranquila
  - Usar un sombrero o luces tenues
  - Usar tapones para los oídos
- Haga que los maestros observen los síntomas de su hijo y anoten qué cambios están ayudando. Usar diferentes tipos de cambios según sea necesario.
- Haga un plan claro con los maestros para asignar **solo** el trabajo en clase y la tarea más necesarios. Los estudiantes deben **hacer** solamente el trabajo más necesario.

CUATRO A SEIS SEMANAS DESPUÉS DE LA LESIÓN

¿Su hijo todavía tiene problemas? Puede que sea el momento de hacer que los cambios en el aula sean más oficiales con un **Plan 504** en la escuela. Un Plan 504 es un plan formal hecho solo para su hijo. El plan incluye apoyos de la escuela para ayudar a su hijo a hacer lo mejor posible. Los cambios o apoyos se detienen poco a poco cuando su hijo ya no los necesita. Los cambios se llaman "acomodaciones" en un Plan 504.

Ejemplos de estos cambios (acomodaciones) pueden incluir:

- Mayor tiempo para exámenes o trabajos de la clase.
- Descansos mentales según sea necesario.
- Gafas de sol para ayudar con dolores de cabeza.
- Listas de verificación para el trabajo escolar y la tarea.

Si se aproximan las pruebas estatales, es posible que su hijo necesite un Plan 504 inmediatamente. Este plan le permitirá más tiempo en una prueba. Un médico también puede escribir una carta pidiendo que el niño salte las pruebas por ahora.

Recuerde: usted puede hablar por su hijo. Confié en su instinto. Manténgase involucrado.

Observe los síntomas a lo largo del tiempo. Informe al médico de su hijo. Manténgase en contacto con la escuela. Los síntomas de un concusión son reales. Los síntomas te dicen que el cerebro todavía está sanando y necesita tiempo y apoyo en casa y en la escuela.

El mal comportamiento es a veces la primera señal de que un niño ha tenido una lesión cerebral. Su hijo puede estar confundido acerca de lo que está sucediendo. Su hijo puede estar frustrado o enojado por los cambios. Es posible que no tengan las palabras para explicar estos sentimientos. Sea paciente. Indague más hondo. Trate de averiguar si la dificultad está en su forma de pensar, escuchar o hablar.
Pídale ayuda a la maestra de su hijo.

TRES MESES DESPUÉS DE LA LESIÓN

¿Su hijo sigue enfrentando problemas? Puede que sea hora de hacer dos cosas:

- Pídale a la escuela que evalúe a su hijo para los servicios que necesita. Pídalo **por escrito**.

- Pregunte a la escuela sobre la programación de una "evaluación neuropsicológica". Esta es una prueba diferente hecha por un especialista del cerebro (neuropsicólogo). Esta persona está entrenada para entender cómo está trabajando el cerebro. Examinarán las partes más básicas del aprendizaje, como la atención, la memoria y la organización. Le darán ideas sobre cómo enseñar mejor a su hijo y sobre cambios útiles para el aula.
  - Con esta prueba y aportes, usted y la escuela decidirán si deben mantener (o comenzar) un Plan 504. O, podría ser mejor hacer un **Programa de Educación Individualizada (IEP)** para su hijo. Un IEP puede incluir trabajar con un educador especial, un terapeuta del habla o un terapeuta ocupacional en la escuela.
  - Consulte el Programa de Apoyo y Capacitación para Padres Excepcionales de Tennessee (STEP) para obtener ayuda con el proceso de educación especial. Para obtener más ayuda, consulte el sitio web del Centro de investigación y capacitación sobre lesiones cerebrales.

UNO O MÁS AÑOS DESPUÉS DE LA LESIÓN

A veces los síntomas parecen mejorar rápidamente. Luego, pueden aparecer problemas en la escuela un año o más después de la lesión en la cabeza de su hijo. El cerebro madura a medida que los niños crecen. No usamos algunas habilidades hasta que tengamos la edad suficiente para necesitarlas. **A medida que su hijo continúa en la escuela:**

- Solicite que la escuela evalúe si su hijo tiene algún tipo de problema. Esto podría incluir aprendizaje, comportamiento, emociones, o pensamiento.
  - Vea los pasos enumerados en "Tres meses después de la lesión"

- Informe a los maestros sobre la lesión de su hijo cada nuevo año escolar. Pídales que busquen cualquier señal de dificultad. Hablar con los maestros antes de tiempo puede prevenir problemas más grandes.

En algunas zonas hay clínicas especializadas que se centran sólo en los síntomas de las concusiones. Hable con su médico si estos son adecuados para su hijo.

Volviendo a los deportes y otras actividades físicas

Los actividades de estudiantes atletas deben ser aprobadas por un profesional médico antes de volver a jugar. Esta persona debe ser entrenada en la atención de concusiones. Probablemente recomendarán un regreso gradual a los deportes.

Su hijo no debe regresar a un deporte cuando aún esté tomando medicamentos para controlar el dolor. No debe regresar a los deportes cuando necesiten cambios o ajustes en sus clases.

COSAS A VERIFICAR EN EL TIEMPO(*VERIFIQUE LOS QUE VE*)

- ☐ Cambios de humor, se enoja fácilmente y cambia de personalidad.
- ☐ Problemas con la atención y el pensamiento.
- ☐ Problemas de memoria, especialmente las cosas que acaban de pasar.
- ☐ Ansiedad, depresión o dificultad para manejar el estrés.
- ☐ Dolores de cabeza.
- ☐ Comportamiento que no se ajusta al tiempo, lugar o personas (ruidoso en una biblioteca)
- ☐ Pobre dormir y sentirse cansado con demasiada facilidad.
- ☐ Comportamiento "Malo" o no deseado.
- ☐ Luego: Notas escolares bajando detrás de otros niños.

NOTA:

Cada lesión cerebral es diferente. No hay tiempo establecido para que termine la recuperación. Si su hijo tiene de cero a cinco años, solicite la guía para padres "de cero a cinco".

RECURSOS GRATIS

Programa de lesión cerebrales traumáticas de Tennessee
https://www.tn.gov/health/braininjury.html

Iniciativa Safe Stars de la Liga Deportiva de Tennessee
https://www.tn.gov/health/safestars.html

KidCentral
https://www.kidcentraltn.com

Centro de Investigación y Entrenamiento de Lesiones Cerebrales
https://cbirt.org/

Centros de Control y Prevención de Enfermedades
https://www.cdc.gov/heads-up/index.html

Family Voices de Tennessee
https://familyvoicestn.org

Brain Links
https://www.tndisability.org/brain
@BrainLinksTN

BrainLinks cuenta con el respaldo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. Bajo la subvención No. 90TBSG0024-01-00 y, en parte, por el Departamento de Salud de TN, Programa de Lesiones Cerebrales Traumáticas.
2026-09 REV under Grant No. 90TBSG0051-01-00