



CONCLUSIONES CEREBRALES + PREVENCIÓN DE LESIONES: CONCEPTOS BÁSICOS

Descripción de esta clase para padres y cuidadores

A medida que los niños crecen, algunos optan por participar en competencias deportivas intensas. Otros prefieren participar en conductas de riesgo fuera de la cancha o el campo de juego. Un número considerable hace ambas cosas. Todas estas actividades aumentan el riesgo de sufrir conmociones cerebrales y otras lesiones.

Las conmociones cerebrales —que, en términos sencillos, son hematomas en el cerebro— son la forma más común de lesión cerebral leve. Afectan a entre 1 y 2 millones de niños al año solo en los EE. UU. (dependiendo de la fuente de información), y casi [El 7% de todos los niños estadounidenses han tenido uno en algún momento.](#)

Esta lección está diseñada para que los estudiantes adquieran conocimientos sobre cómo prevenir las conmociones cerebrales, reconocerlas y minimizar los daños cuando ocurren. Muchos niños dicen sentir la presión de ignorar los síntomas de una conmoción cerebral y, en cambio, regresar al campo o la cancha inmediatamente después de golpearse la cabeza. Pero la evidencia es abrumadora: los niños merecen saber que continuar con la actividad puede empeorar los síntomas, prolongar la recuperación y ponerlos en riesgo de sufrir una segunda conmoción cerebral antes de que la primera haya sanado por completo, una situación potencialmente catastrófica.

Las conmociones cerebrales son importantes, pero la prevención de lesiones en general también merece atención. Los golpes en la cabeza no son el único trauma que sufren los niños. En lugar de abarcar una larga lista de posibles problemas (que se tratan en la lección sobre lesiones en la escuela secundaria), esta lección se centra en determinar si un estudiante de secundaria puede tratar una lesión por sí mismo o si es mejor buscar ayuda, una habilidad que se vuelve cada vez más crucial a medida que los niños crecen.