

## Concussion Information



(to be given to parent after head injury)

A **concussion** is a type of brain injury caused by a bump, blow, or jolt to the head. It is important to watch for changes in how your child is acting/feeling, if symptoms are getting worse, or if your child just “doesn’t feel right.” Signs and symptoms of concussion can show up right after an injury or may not appear or be noticed until hours or days after the injury.

### DANGER SIGNS:

Be alert for symptoms that worsen over time. Your child should be seen in an emergency department right away if they have:

- One pupil larger than the other
- Drowsiness or cannot be awakened
- A headache that gets worse and does not go away
- Weakness, numbness, or decreased coordination
- Repeated vomiting or nausea
- Slurred speech
- Convulsions or seizures
- Difficulty recognizing people or places
- Increasing confusion, restlessness, or agitation
- Unusual behavior
- Loss of consciousness

Signs observed by parents/guardians	Symptoms reported by your child
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Appears dazed or stunned</li> <li>● Is confused about events</li> <li>● Answers questions slowly</li> <li>● Repeats questions</li> <li>● Can’t recall events prior to/after the injury</li> <li>● Loses consciousness (even briefly)</li> <li>● Shows behavior or personality changes</li> <li>● Forgets class schedule or assignments</li> </ul>  <p><b>ALL CONCUSSIONS ARE SERIOUS.</b> IF YOU THINK YOU HAVE A CONCUSSION:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>DON'T HIDE IT.</b></li> <li>✓ <b>REPORT IT.</b></li> <li>✓ <b>TAKE TIME TO RECOVER.</b></li> </ul>  <p>▶ <b>"IT'S BETTER TO MISS ONE GAME THAN THE WHOLE SEASON."</b></p>	<p>Thinking/Remembering:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Difficulty thinking clearly</li> <li>● Difficulty concentrating or remembering</li> <li>● Feeling more slowed down</li> <li>● Feeling sluggish, hazy, foggy, or groggy</li> </ul> <p>Physical:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Headache or “pressure” in head</li> <li>● Nausea or vomiting</li> <li>● Balance problems or dizziness</li> <li>● Fatigue or feeling tired</li> <li>● Blurry or double vision</li> <li>● Sensitivity to light or noise</li> <li>● Numbness or tingling</li> <li>● Does not “feel right”</li> </ul> <p>Emotional:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Irritable</li> <li>● Sad</li> <li>● More emotional than usual</li> <li>● Nervous</li> </ul> <p>Sleep:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Drowsy</li> <li>● Sleeps less/more than usual</li> <li>● Has trouble falling asleep</li> </ul>

# Conmoción Cerebral

Una **conmoción cerebral** es un tipo de lesión cerebral causada por un golpe, un impacto o una sacudida en la cabeza. Es importante estar atento a cambios en la forma en que el niño o adolescente actúa o se siente, si los síntomas empeoran o si "simplemente no se siente bien". Los signos y síntomas pueden aparecer inmediatamente después de una lesión o pueden no aparecer o notarse hasta horas o días después de la lesión.

**SIGNOS PELIGROSOS:** Esté atento por si los síntomas empeoran con el tiempo. Debe llevar inmediatamente a su niño o adolescente a la sala de emergencias si presenta lo siguiente:

- Tiene una pupila (la parte negra en el centro del ojo) más grande que la otra
- Está mareado o no se le puede despertar
- Tiene un dolor de cabeza persistente o que empeora
- Debilidad, entumecimiento o menor coordinación
- Náuseas o vómitos constantes
- Dificultad para hablar o pronunciar las palabras
- Convulsiones o ataques
- Dificultad para reconocer a personas o lugares
- Mayor confusión, inquietud o agitación • Comportamiento anormal
- Pierde el conocimiento (las pérdidas del conocimiento deben considerarse como algo serio aunque sean breves)

Signos observados por los padres o tutores:	Síntomas reportados por su niño o adolescente:
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Parece aturdido o desorientado</li> <li>● Está confundido con relación al incidente</li> <li>● Responde a las preguntas con lentitud</li> <li>● Repite las preguntas</li> <li>● No puede recordar lo ocurrido antes del golpe o la caída</li> <li>● No puede recordar lo ocurrido después del golpe o la caída</li> <li>● Pierde el conocimiento (aunque sea por poco tiempo)</li> <li>● Muestra cambios de conducta o de personalidad</li> <li>● Se le olvida el horario de clases o las tareas a realizar</li> </ul>	<p><b>Área del razonamiento y la memoria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Dificultad para pensar claramente</li> <li>● Dificultad para concentrarse o recordar cosas</li> <li>● Siente que todo lo hace más despacio</li> <li>● Se siente débil, desorientado, aturdido, atontado o grogui</li> </ul> <p><b>Área física:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Dolor de cabeza o “presión” en la cabeza</li> <li>● Náuseas o vómitos</li> <li>● Problemas de equilibrio o mareo</li> <li>● Fatiga o cansancio</li> <li>● Visión borrosa o doble</li> <li>● Sensibilidad a la luz o al ruido</li> <li>● Hormigueo o entumecimiento</li> <li>● No se “siente bien”</li> </ul> <p><b>Área emocional:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Irritable</li> <li>● Triste</li> <li>● Más sensible de lo usual</li> <li>● Nervioso</li> </ul> <p><b>Área del sueño:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Adormecido</li> <li>● Duerme menos de lo normal</li> <li>● Duerme más de lo normal</li> <li>● Tiene problemas para quedarse dormido</li> </ul>

**Conozca el ABC de las conmociones cerebrales:**  
 A—Evalúe la situación  
 B—Esté atento a los signos y síntomas  
 C—Comuníquese con un profesional de atención médica