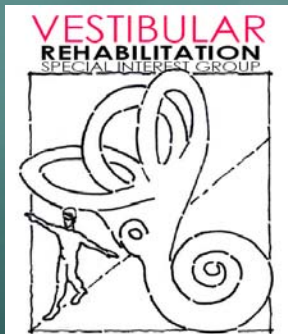


Conmoción Cerebral

HOJA DE DATOS



Autor: Laura O. Morris, PT, NCS



Información sobre Conmoción Cerebral, Mareos y Equilibrio

¿Que es una conmoción cerebral?

Una conmoción cerebral ocurre después de sostener un golpe a la cabeza (con o sin perder conocimiento.) Tiene varios síntomas que afectan el bien estar de manera física, emocional, y mental. Síntomas físicos pueden incluir dolor de cabeza, mareos, desequilibrio, náusea/vómitos, cansancio, problemas para dormir, visión borrosa o doble, sensibilidad a luz y sonidos. Síntomas emocionales pueden incluir irritabilidad, inquietud, ansiedad, depresión, cambios de humor, agresión, o una disminución de la tolerancia al estrés. Síntomas cognitivos pueden incluir dificultad con la memoria a corto o a largo plazo, confusión, entendimiento lento, “nebulosidad”, y dificultad concentrando. Como los síntomas son tan variados y los cuales pueden impedir sus actividades diarios, es muy importante consultar los profesionales de salud apropiados, incluyendo médicos especializados, neuropsicólogos, y fisioterapeutas.

Muchas veces una conmoción cerebral pasa sin diagnosticarlo, porque no es algo que puede ser detectada por diagnóstico de imagen, como un RM, una exploración TAC. Después de la conmoción cerebral síntomas pueden ocurrir a causa de cambios químicos y energéticos que ocurren en el cerebro a causa del trauma. El cerebro se vuelve ineficiente en hacer los procesos fisiológicos normales y lo cual resulta en las síntomas describieron arriba.

¿Qué pasos debo tomar si he sufrido una conmoción cerebral?

Después de sufrir un conmoción cerebral, es importante limitar sus esfuerzos, tanto físico como cognitivo (pensamientos) porque el cerebro no puede responder adecuadamente a demandas normales. Aumentando niveles de los esfuerzos demasiado adelantado, como volver a actividades sociales o deportes, o la demanda cognitivo, como volver a la escuela o el trabajo, no le da tiempo suficiente al cerebro recuperarse, y puede causar un aumentación de síntomas. Cuando los síntomas mejoran, puede resumir actividades normales sino hay un aumento significativo de síntomas.

La terapia física que alguien que ha sufrido una conmoción cerebral recibe depende de los síntomas y limitaciones de cada paciente. La fisioterapeuta hará una evaluación comprensiva para evaluar los problemas actuales. La terapia física puede ser una herramienta para reintroducir la actividad física. Esto es un proceso gradual porque no queremos sobrecargar un sistema que ha sido comprometido por una conmoción cerebral. Para progresar a otro nivel de actividad tiene que estar en un estado sin síntomas (o tener muy pocas).



Asociación americano de
terapia física

1111 North Farifax Street
Alexandria, VA 22314-1488

Phone: 800-999-2782,
Ext 3237

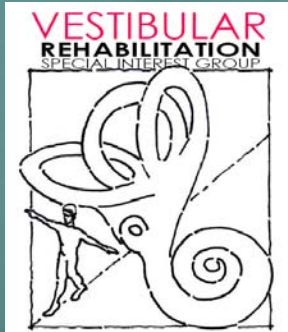
Fax: 703-706-8578

Correo electrónico :

neuropt@apta.org

www.neuropt.org

Conmoción Cerebral



Si una persona se siente mareada o tiene dificultad mantener el equilibrio, rehabilitación vestibular puede ser apropiada. El sistema vestibular, que incluye el oído interno y sus conexiones con el cerebro, es responsable para detectar el movimiento de la cabeza y ayuda mantener el equilibrio. Además, es responsable del proceso de enfocar los ojos cuando se mueve la cabeza. El oído interno es una estructura muy pequeña y muy frágil en el cráneo justo atrás del oído. Sufrir trauma en la cabeza puede causar daño en el oído interno. Con ejercicios específicos y capacidad de gestión, los mareos pueden ser reducidos o eliminados y el equilibrio puede mejorarse.

Es importante adherirse a las recomendaciones de todos los médicos para maximizar la recuperación en lo menos tiempo posible.



Asociación americano de
terapia física

1111 North Fairfax Street
Alexandria, VA 22314-1488

Phone: 800-999-2782,
Ext 3237

Fax: 703-706-8578

Correo electrónico :
neuropt@apta.org
www.neuropt.org