Recomendaciones

- √ Si es posible, no se debe dejar solo al paciente por 24 horas y se le deberá despertar cada DOS horas para asegurarse que esté consciente en cuanto a saber el nombre, la fecha y dónde está.
- √ Descanse tanto como sea posible por 2 ó 3 días, luego regrese lentamente a las actividades normales.
- √ Evite actividades extenuantes al menos por las siguientes 24 horas.
- √ Dieta ligera por las primeras 24 horas, limite la ingestión de comida a pequeñas porciones.
- √ No tome píldoras para dormir, tranquilizantes o alcohol.
- √ No se deben tomar medicinas a menos que sean recetadas por un doctor.
- √ No maneje carros u opere maquinaria e instrumentos que puedan ser perjudiciales si la persona no está alerta.

Problemas a largo plazo

A veces los síntomas toman hasta un año o más para manifestarse. Hable con su doctor si usted:

- √ Está sintiéndose deprimido o muy emotivo.
- √ Tiene pérdida de memoria o lentitud mental.
- √ Tiene mal balance o falta de coordinación.
- √ Falta de la energía normal.
- √ Tiene sentimientos de tensión o nerviosismo.

CONSERVE ESTE FOLLETO PARA REFERENCIA

Recursos (estado)

Brain Injury Association of Oklahoma
(Asociación de Oklahoma de Lesiones al Cerebro)
P.O. Box 88, Hillsdale, OK. 73743
Tel. 800/765-6809 ó 580- 4363

Traumatic Neurologic Injury Advisory Council
(Consejo Asesor de Lesiones Neurológicas Traumáticas)

Oklahoma State Department of Health
Tel. 405/271- 3430

Oklahoma State Department of Education
(Departamento Estatal de Educación de Oklahoma)
Tel. 405/521- 3301

Oklahoma Indian Health Service
(Servicios de Salud Indígena de Oklahoma)
Tel. 405/951- 3716

Oklahoma Insurance Department
(Departamento de Seguros de Oklahoma)
Tel. 405/521- 2828

Oklahoma Department of Human Services
(Departamento de Salud y Servicios Humanos de Oklahoma)
Tel. 405/521- 3646

University Affiliated Programs
(Programas Afiliados a la Universidad)
Tel. 405/271- 4500

OASIS (Oklahoma Areawide Services Information System)
(Sistema de Servicios de Información en el Area de Oklahoma)
Tel 800/426- 2747

Producida por el "Injury Prevention Service, OSDH" (Servicio de Prevención de Lesiones), en colaboración con los hospitales de Oklahoma. Patrocinado en parte por el subsidio #2H21MC00025-02 del Departamento de Salud y Servicios Humanos de E.U.A.(DHHS por sus siglas en inglés), Administración de Servicios y Recursos de Salud, Oficina de Salud Materno Infantil. El contenido es de la responsabilidad de los autores y no representan necesariamente el punto de vista oficial del DHHS.

Esta publicación es emitida por el Departamento de Salud del Estado de Oklahoma (Oklahoma State Department of Health), como lo autorizó Leslie Beitsch, M.D., J.D., Comisionar de Salud. Se han preparado y distribuido 6,000 copias a un costo de $3,750.00 dólares. Las copias se han depositado con el Centro de Intercambio de Información de Publicaciones (Publications Clearinghouse) del Departamento

Información que Usted Necesita Saber sobre

Lesiones de la Cabeza

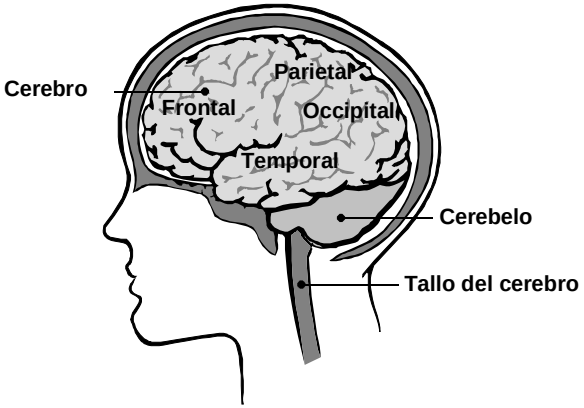
Para referencia después de visitar la Sala de Urgencias

Oklahoma State Department of Health

U.S. Department of Health and Human Services
HRSA
Health Resources and Services Administration
Maternal and Child Health Bureau

Lesiones Traumáticas de la Cabeza o del Cerebro

Resulta de trauma como cuando un objeto le pega en la cabeza o que la cabeza se pegue en un objeto, y/o la aceleración y deceleración rápidas del cerebro dentro del cráneo cuando ocurre un choque automovilístico. Las lesiones pueden ser abiertas o cerradas. El cerebro se compone de tres partes y cuatro lóbulos. Los problemas que las personas puedan tener después de una lesión dependen de la parte del cerebro que se lastimó y que tan seria sea la lesión.



Los efectos de la Lesión de Cabeza

Algunas veces aparecen síntomas o problemas que pueden ser señales de una lesión más severa.

Aunque las señales de una lesión seria de cabeza puedan dilatarse semanas, las primeras 24 horas después de la lesión son normalmente las más importantes. Si se presentan cualquiera de los problemas en la lista de la página siguiente, póngase en contacto inmediatamente con el médico, acuda al departamento de urgencias más cercano, o regrese a esta sala de urgencias. (Aún si han pasado varios meses después de la lesión de cabeza).

Físicos

- √ Nausea y/o vómitos repetidas veces
- √ Dolor de cabeza continuo o que empeora
- √ Nuevo dolor de cuello o dolor que va en aumento, o cuello rígido (tortícolis)
- √ Debilidad persistente
- √ Problemas con el habla, confusa, o problemas para tragar
- √ Respiración irregular o fatigada
- √ Somnolencia inusual o problemas para despertar (o para levantarse) como de costumbre
- √ Problemas con el movimiento o para andar
- √ Inseguridad o falta de coordinación o balance
- √ Pérdida de la conciencia, inconsciencia
- √ Entumecimiento, parálisis o debilidad de los brazos o piernas; insensibilidad de la piel
- √ Convulsiones o contorciones inusuales (ataques)
- √ Tropezar u otros problemas con el uso normal de los brazos o piernas
- √ Sangrado o escurrimiento de líquidos claros de la nariz o de los oídos
- √ Aumento de la inflamación del cráneo o de la cara
- √ Enrojecimiento, ardor o escurrimiento del área inflamada
- √ Fiebre mayor de 100 grados F
- √ Problemas para dormir
- √ Se cansa fácilmente

Conducta

- √ Cambio de conducta o personalidad
- √ Inquietud o nerviosismo extremos o agitación
- √ Irritable, ansiedad o sobrereacciona a situaciones
- √ Cambios en el estado de ánimo
- √ Impulsividad
- √ Tristeza o depresión
- √ Lentitud para responder

Sentidos

- √ Cambios en el gusto o en el olfato
- √ Zumbido en los oídos, le molestan los ruidos
- √ Pérdida del oído
- √ Sensible a la temperatura
- √ Problemas visuales como visión doble, visión borrosa
- √ Movimiento anormal de los ojos.
- √ Dificultad para ver claramente, caminar o uso de los brazos.
- √ Pupilas desiguales -- Una pupila más grande y la otra más pequeña (puede ocurrir después de señales físicas o de pensamiento se vuelvan aparentes).

Pensamiento

- √ Delirio o desorientación
- √ Confusión mental (no puede recordar, conversaciones anormales, etc.) o cambios de conducta.
- √ Incapaz de decir qué día es, dónde están, o qué les ha pasado).
- √ Reacciona y piensa lentamente.
- √ Dificultad para poner atención o concentrarse.
- √ No está consciente de los problemas físicos o de pensamiento.
- √ Desarrolla problemas con palabras o frases.
- √ Tiene más dificultad para aprender.

Signos adicionales para observar en los niños

- √ Mucha inclinación a llorar en niños.
- √ Muestra fastidio o irritabilidad.
- √ No se le puede consolar.
- √ No mama ni come.
- √ Cambios en la conducta que no están relacionados con el desarrollo.