

Recomendaciones:

- ✓ Programe las citas de seguimiento para las pruebas y servicios en su comunidad antes de salir del hospital.
- ✓ Asegúrese de entender las instrucciones verbales y escritas para las medicinas y atención que está recibiendo y cuál es el propósito de las mismas.
- ✓ Llame al doctor o regrese a la sala de urgencias si tiene algún problema.
- ✓ Tome sólo las medicinas recetadas por el doctor.
- ✓ Descanse todo lo que pueda para dejar que sane la herida, luego gradualmente regrese a las actividades normales.
- ✓ Evite agacharse y hacer actividades fuertes durante la primera semana después de la lesión.
- ✓ Evite tomar bebidas alcohólicas.
- ✓ No maneje ningún vehículo hasta que usted esté alerta y se sienta normal.
- ✓ No opere herramientas o equipo pesado que pueda ser peligroso si usted no está alerta.
- ✓ Asegúrese que su doctor familiar o clínico reciba una copia de sus expedientes y todos los reportes de sus pruebas. Deje que el/la doctor(a) verifiquen de nuevo para cualquier problema nuevo o restante.
- ✓ Dígale al maestro o a la escuela del niño acerca de la lesión y que normalmente toma unas pocas semanas para que vuelvan a la normalidad el funcionamiento y la conducta. Pídale al maestro que notifique cualquier problema.
- ✓ Evite más daños a la cabeza usando cinturones de seguridad, cascos, superficies anti-derrapantes y sobre todo, precaución.

Problemas a largo plazo

A veces los síntomas pueden aparecer un año o más después de la lesión. Hable con su médico si usted:

- ✓ Se siente deprimido o muy sentimental
- ✓ Tiene pérdida de memoria o torpeza mental
- ✓ Tiene mal equilibrio o falta de coordinación
- ✓ Está cansado, o tiene sentimientos de tensión y nerviosismo
- ✓ Es incapaz de responder al estrés y presiones durante las actividades diarias normales
- ✓ Está experimentando síntomas que pueden indicar que la lesión en la cabeza está afectando su salud en general.

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 \$625.00 dólares. Las copias se han depositado con el Centro de Intercambio de Información de Publicaciones (Publications Clearinghouse) del Departamento de Recursos de Bibliotecas de Oklahoma.

CONSERVE ESTE FOLLETO PARA REFERENCIA

Recursos (Estado)

Brain Injury Association of Oklahoma
(Asociación de Daño Cerebral de Oklahoma)
PO Box 88, Hillsdale, OK 73743
Tel: 800/765-6809 o 580/233-4363

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

Traumatic Neurologic Injury Advisory Council
Oklahoma State Department of Health
(Consejo Asesor de Daños Traumáticos Neurológicos
Departamento de Salud del Estado de Oklahoma)
Tel: 405/271-3430

Oklahoma State Department of Education
(Departamento de Educación del Estado de Oklahoma)
Tel: 405/521-3301

Department of Rehabilitation Services
(Departamento de Servicios de Rehabilitación)
Tel: 405/951-3491

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

Office of Handicapped Concerns
(Oficina de Asuntos de Discapacitados)
Tel: 405/521-3756

Easter Seals Society
(Sociedad de Estampillas de Pascua)
Tel: 405/848-2525

Social Security Administration
(Administración del Seguro Social)
Tel: 405/605-3000

Medicaid or Medicare Office
(Oficina de Medicaid o Medicare)
Tel: 800/633-4227

Oklahoma Hospital Association
(Asociación de Hospitales de Oklahoma)
Tel: 405/427-9537

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

Oklahoma University Affiliated Program
(Programa Afiliado de la Universidad de Oklahoma)
Tel.: 405/271-4500

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

Información de la
que usted necesita saber

Lesiones de Cabeza

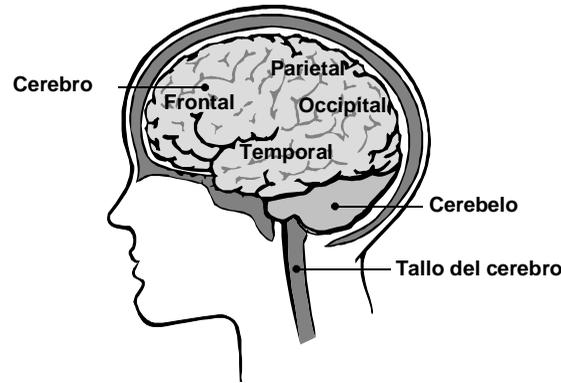
*Para Referencia
Después de su Estancia
En el Hospital*

**Oklahoma State
Department of Health**



Lesión Traumática al Cerebro o a la Cabeza

Resulta de un trauma tal como un objeto que golpea la cabeza o la cabeza golpea un objeto, y/o aceleración y desaceleración rápida del cerebro dentro del cráneo como ocurre en un choque automovilístico. Las lesiones pueden ser abiertas o por dentro. El cerebro tiene tres partes y cuatro lóbulos. Las dos mitades o hemisferios del cerebro funcionan juntas, sin embargo cada una tiene distintas capacidades tales como lenguaje, memoria y la capacidad de analizar. El hemisferio izquierdo controla el movimiento sobre el lado derecho del cuerpo y el hemisferio derecho controla los movimientos del lado izquierdo.



Los problemas que la gente pueda tener después de la lesión, dependen de la parte del cerebro que fue dañada y que tan serio fue el daño. Cuando varias partes del cerebro han sido lesionadas, la persona puede tener muchos problemas funcionales.

Los neurocirujanos, neurólogos, especialistas, enfermeras, terapeutas y otros proveedores de atención a la salud ayudan en su recuperación. El seguimiento de la atención médica es importante y es necesario observar para posibles problemas.

Efectos de lesiones de cabeza

Los síntomas o problemas pueden aparecer semanas o meses después de la lesión de cabeza. Cualquier cambio que usted tenga y que usted no entienda debe de ser revisado. Si ocurren cualquiera de los siguientes problemas, llame a su médico inmediatamente, vaya al departamento de urgencias más cercano, o regrese a este departamento de urgencias o al hospital (aún si han pasado varios meses después del daño en la cabeza).

Físicos

- ✓ Vómitos repetidos
- ✓ Pérdida de conciencia/inconsciencia
- ✓ Debilidad/pérdida de fuerza muscular en uno o ambos lados del cuerpo
- ✓ Convulsiones/ataques
- ✓ Prolongados o fiebre alta
- ✓ Dolores de cabeza o dolores de cabeza que empeoran con estrés emocional o actividad física
- ✓ Dolor de cuello nuevo, o más fuerte, o rigidez
- ✓ Fatiga/se cansa fácilmente
- ✓ Dificultad para dormir, somnolencia anormal, o dificultad para despertar
- ✓ Respiración irregular o agitada
- ✓ Desmayos, vértigo persistente, mareos
- ✓ Problemas para hablar, tragar, o para pronunciar palabras
- ✓ Inestabilidad, falta de coordinación o balance, o dificultad para caminar
- ✓ Espasmos o falta de coordinación (sacudidas) de brazos o piernas
- ✓ Fácil intoxicación con alcohol
- ✓ Dificultades con las actividades diarias o el regreso al trabajo

Conducta

- ✓ Cambio en la conducta, personalidad o auto imagen
- ✓ Falta de interés/motivación
- ✓ Inquietud extrema o agitación
- ✓ Irritable, ansioso, o sobreacción a situaciones, u otros cambios emocionales
- ✓ Rápidamente se torna temperamental/agresivo
- ✓ Dificultad para relacionarse con otros
- ✓ Predisposición a los accidentes
- ✓ Muy dependiente, temeroso
- ✓ Problemas con las relaciones
- ✓ Impulsivo, falta de autocontrol
- ✓ Conducta inapropiada, pérdida de inhibiciones
- ✓ Triste, deprimido, o solitario
- ✓ Mal autocontrol o habilidades sociales
- ✓ Negación de limitaciones funcionales
- ✓ Sentimientos de tensión y nerviosismo
- ✓ Pérdida de inhibiciones, impulso sexual reducido

Sensorial

- ✓ Cambios en el gusto, olfato o tacto
- ✓ Zumbido/repiqueo en los oídos
- ✓ Le molestan los ruidos
- ✓ Pérdida del oído
- ✓ Visión borrosa, doble, o pérdida de visión
- ✓ Le molesta la luz
- ✓ Movimiento de los ojos inusuales/anormales
- ✓ Pupilas disparejas una pupila grande, una pupila pequeña



Pensamiento

- ✓ Confusión mental (no puede recordar, olvidadizo, conversación anormal)
- ✓ Dificultad para tomar decisiones/mal juicio
- ✓ Dificultad para entender lo que se dice, lee, o se comunica

- ✓ Incapaz de decir que día es, donde están, o lo que les ha pasado
- ✓ Problemas con la memoria a corto o largo plazo
- ✓ Dificultad con la lectura, ortografía, cálculos, escritura
- ✓ Reacciona y piensa con lentitud
- ✓ Dificultad para contestar preguntas sencillas
- ✓ Dificultad para poner atención o concentrarse, se distrae fácilmente
- ✓ No está consciente de sus propios problemas físicos, para pensar, o de conducta
- ✓ Incapaz de entender la complejidad de los asuntos o ideas
- ✓ Dificultad para recordar y aprender cosas nuevas
- ✓ Incapaz de hacer tareas en orden
- ✓ No reconoce a familiares o amigos
- ✓ Dificultad para planear, organizar, y llevar a cabo actividades dirigidas a metas

General

- ✓ Incapaz de encontrar trabajo o de funcionar en el ambiente de trabajo
- ✓ Incapaz de funcionar en el ambiente escolar
- ✓ Dificultad de efectuar autocuidado y actividades de la vida diaria

Signos adicionales para observar en niños

- ✓ Muy inclinado a llorar en niños
- ✓ Difícil de complacer o irritabilidad
- ✓ Cambios en conducta que no están relacionados con el desarrollo
- ✓ Temeroso
- ✓ Problemas tales como desórdenes de ataques, retraso en el desarrollo, problemas de aprendizaje, hiperactividad, y/o problemas de conducta
- ✓ Dificultad con las relaciones con los hermanos/compañeros
- ✓ Disminución en el desempeño escolar