

Protocolo de Cuidado de Conmociones Cerebrales Distrito Municipal 211



Información General:

La mejor posibilidad de una recuperación completa de una conmoción cerebral de un estudiante consiste en dos componentes fundamentales: reposo cognitivo y físico. La investigación continua ha demostrado que el reposo cognitivo es esencial en la resolución rápida de los síntomas de conmociones cerebrales. La estimulación cognitiva incluye: conducir, jugar videojuegos, usar una computadora, enviar mensajes de texto, usar el celular, entornos ruidosos y/o luminosos, ver televisión, leer, y estudiar. Estos estímulos deben ser limitados o evitados durante la recuperación. Las actividades físicas que aumenten los síntomas deben evitarse. La actividad física tal como la educación física, atletismo, y el acondicionamiento de fuerza o cardiovascular debe ser limitada y supervisada por un entrenador cuando los síntomas están presentes.

Por favor, tenga en cuenta que las líneas de tiempo en los protocolos del Cuidado de Conmociones Cerebrales son directrices generales. Todos los individuos responden de manera diferente a una lesión en la cabeza y las líneas de tiempo se ajustarán en consecuencia por el personal del cuidado de la salud.

Se recomienda que este protocolo se comparta con el médico de cabecera del estudiante (con licencia para practicar la medicina en todas sus ramas, por ejemplo, un pediatra) durante la visita inicial.

Etapas de la Recuperación de las Conmociones Cerebrales y la Participación Académica/Atlética:

1. Reposo (como dicten los síntomas)
2. Regreso a la Escuela
3. Completa Participación Académica y Atlética

Definición:

Estudiante No-Atleta: Un estudiante que actualmente no está participando activamente en un deporte de-temporada del Distrito 211.

Estudiante Atleta: Un estudiante que está actualmente participando en un deporte de-temporada del Distrito 211.

Puntos de Énfasis:

- Es importante tomar en cuenta que la recuperación de una conmoción cerebral es un proceso muy individualizado. Se debe tener precaución de no comparar a los estudiantes que tengan conmociones cerebrales a medida que progresan a través del proceso de recuperación.
- Para que el protocolo de conmociones cerebrales inicie, el estudiante debe ser evaluado inicialmente por un proveedor del cuidado de la salud (con licencia para practicar la medicina en todas sus ramas) O por un entrenador atlético. La documentación se le debe proveer a la enfermera o al entrenador de atletismo. Una nota de la sala de emergencias/cuidados agudos es sólo temporal hasta que sea visto(a) por el médico de cabecera del estudiante o entrenador atlético dentro de una semana.
- Como regla general, por cada día que el estudiante esté dentro de las Etapas 1-2, se le otorgará el mismo número de días para completar las tareas perdidas.
- A medida que la recuperación del estudiante progresa a través de las Etapas 1-2, el(la) maestro(a)/director(a) del caso, debe identificar el trabajo académico esencial en cada materia y colaborar con los supervisores del departamento, según sea necesario, para determinar el potencial de reducción de la cantidad de trabajo del curso. Esto fomentará la curación, y ayudará a reducir el nivel de ansiedad del estudiante relacionado con el volumen de trabajo percibido que será requerido una vez que el estudiante sea dado(a) de alta para reanudar el peso completo académico.
- El(la) maestro(a) tiene la opción de asignarle al estudiante una calificación de incompleto para la puntuación de progreso, examen final y/o calificación del semestre.
- Para el estudiante atleta: Es importante que al regresar a la escuela el estudiante se reporte con el entrenador atlético y con la enfermera de la escuela diariamente para monitorear los síntomas y determinar el progreso hacia la siguiente etapa dentro del protocolo del cuidado de conmociones cerebrales.
- Para el estudiante no-atleta: reportarse solamente con la enfermera de la escuela diariamente.

Progresión de Tres Etapas: Regreso Completo a la Actividad Académica (RTL) y Atlética



Las líneas de tiempo en los protocolos del Regreso a Aprender (RTL) y Regreso al Juego (RTP) son directrices generales. Todos los individuos responderán de manera diferente a una lesión en la cabeza y las líneas de tiempo se ajustarán en consecuencia por el personal del cuidado de la salud.

Etapa 1: Características de **Reposo**

- Síntomas severos durante el reposo
- Symptoms may include but are not limited to:
 - Dolor de cabeza o presión en la cabeza, mareos, náuseas, foto sensibilidad, sensibilidad auditiva, incapacidad para enfocarse/concentrarse, falta de memoria/recordar, sensación de niebla mental, cambios inusuales en el estado de ánimo, fatiga
 - Los estudiantes pueden quejarse de dolores de cabeza intensos y continuos / frecuentes La estimulación cognitiva que incluye conducir, jugar videojuegos, usar computadoras, enviar mensajes de texto, usar teléfonos celulares, ambientes ruidosos y / o brillantes, mirar televisión, leer y estudiar pueden aumentar los síntomas.
 -
- Una evaluación inicial por parte de un médico de cabecera o un entrenador atlético certificado (no de la sala de emergencias)
- No participar en Educación Física o en atletismo (incluye las prácticas y asistir a los eventos)
- Acomodaciones/Consideraciones:
 - La asistencia escolar según se tolere - enfatizar el reposo cognitivo y físico
 - Deportes: no asiste a las prácticas/juegos
 - No exámenes, pruebas, ni tarea
- El padre y el estudiante reciben una copia (en papel o electrónica) del Protocolo del Cuidado de Conmociones Cerebrales del Distrito 211
- La escuela de la enfermera notificará a los maestros del estudiante y al personal adecuado

*Progresar a la etapa 2 cuando:

- Disminuya la sensibilidad a la luz o al ruido
- Disminuya la intensidad y la frecuencia de los dolores de cabeza y mareos
- Disminuya la sensibilidad de neblina o confusión

Etapa 2: El Regreso a la Escuela (*Opciones para un horario de clases diario alterado*)

- Características
 - Síntomas leves durante el reposo, pero que aumentan con la actividad física y mental
- Horario de clases modificado
 - Ejemplo: clases alternativas por la tarde y clases por la mañana, repetir según lo dispongan los síntomas
- No participar en Educación Física o en atletismo
- Para el estudiante atleta: El estudiante debe reportarse a la enfermera escolar y al entrenador de atletismo según las indicaciones.
- Para el estudiante no-atleta: reportarse con la enfermera escolar según las indicaciones.
- Acomodaciones/Consideraciones:
 - El estudiante debe evitar áreas ruidosas tales como: coro; orquesta; banda; gimnasio; cafetería según dicten los síntomas



Progresión de Tres Etapas: Regreso Completo a la Actividad Académica (RTL) y Atlética

- El estudiante puede descansar en la oficina de la enfermera para ofrecer descansos entre las clases académicas según dicten los síntomas
- El estudiante puede solicitar un pase de pasillos de la enfermera de la escuela para evitar los pasillos ruidosos, y congestionados entre los periodos de clases según dicten los síntomas
- Limitar el trabajo de computadora, videos/películas en la clase (según dicten los síntomas)
- Dividir el trabajo en porciones más pequeñas (15-20 minutos a la vez) según dicten los síntomas
- Posponer/limitar los exámenes, pruebas o tarea si lo dictan los síntomas
- Proporcione al estudiante copias de las notas de clase (generados por el maestro o el alumno) a petición del estudiante.
- Los libros de audio son útiles para los estudiantes que tienen dificultades con el procesamiento visual si están disponibles.
- Es importante tener en cuenta que, si un estudiante no puede avanzar a la Etapa 3 después de 3 semanas, y es poco probable que el estudiante pueda recuperar el trabajo requerido, la enfermera, el consejero / administrador de casos y los padres considerarán posibles cambios en el nivel del curso, o retiro de clase.
- Considerar un plan 504 después de 8-10 semanas de síntomas residuales con impacto educativo

*Progresar a la etapa 3 cuando:

- Esté libre de síntomas con la actividad cognitiva y física
 - El estudiante debe informar cualquier retorno de síntomas con actividad cognitiva o de día escolar
- Autorización por escrito del médico de atención primaria (médico de cabecera o neurólogo) o entrenador deportivo para el retorno a actividades físicas y académicas completas.

Etapa 3: Participación Completa Académica y Atlética según el Protocolo de Regreso al Juego (RTP)

- Características:
 - Asintomático con actividades académicas / cognitivas y físicas.
- Para el estudiante atleta: reportarse diariamente con el entrenador de atletismo y con la enfermera escolar. El estudiante comenzará el Protocolo de Regreso al Juego requerido por el Distrito 211 con el entrenador atlético.
- Para el estudiante no-atleta: reportarse diariamente con la enfermera escolar para la lista de verificación de evaluación.
- Acomodaciones/Consideraciones:
 - Reanudación de las responsabilidades académicas completas una vez que los síntomas se hayan resuelto por completo según lo determine el médico de atención primaria o el entrenador deportivo. La enfermera escolar notificará a los maestros(as)/consejero(a)/administrador(a) de casos.
 - Crear un plan para una posible modificación y la finalización gradual del trabajo de recuperación requerido (consejero(a) escolar, maestro(a), supervisor(a) del departamento)
 - Considere los servicios de tutoría si el estudiante tiene más de 3 semanas de trabajo académico requerido para recuperar
 - Los maestros tienen la discreción de identificar el trabajo académico esencial para su curso.

Para el estudiante no-atleta: se requerirá autorización por escrito para la participación total del médico de atención primaria para volver a la participación en educación física. Al recibir la autorización, la enfermera de la

Progresión de Tres Etapas: Regreso Completo a la Actividad Académica (RTL) y Atlética



escuela consultará con el maestro de educación física con respecto al regreso apropiado a la plena participación dentro de la actividad actual (*sin retorno gradual formal a la actividad física*).

Para el estudiante atleta: se requiere seguir el Protocolo de Regreso al Juego del Distrito 211 bajo la dirección del entrenador de atletismo.

****Si el estudiante permanece en una etapa de más de 2 semanas, la enfermera de la escuela presentará el caso del estudiante al consejero / administrador de casos para su revisión y la posible necesidad de asistencia adicional. La enfermera escolar consultará con el médico de atención primaria.***

Progresión de Tres Etapas: Regreso Completo a la Actividad Académica (RTL) y Atlética



El Protocolo del Regreso a Jugar del Distrito 211 *(requerido si es un estudiante atleta)*

- El Protocolo del Regreso al Juego de IHSA incluye 5 fases de actividad con un aumento de intensidad. Cada fase se llevará a cabo 24 horas después del paso anterior. Si los síntomas regresan durante cualquier fase, se requiere un periodo de reposo de 24 horas antes de repetir esa fase.
- Este protocolo se llevará a cabo bajo la supervisión del entrenador atlético.
 - Etapa 1: Actividad aeróbica leve
 - Etapa 2: Aumento de actividad aeróbica
 - Etapa 3: Actividad sin contacto relacionada con un deporte/habilidad específica
 - Etapa 4: Actividad de contacto completo
 - Etapa 5: El regreso a las competencias - requiere completar todo el protocolo RTP del Distrito 211, una declaración escrita del médico o entrenador de atletismo y un formulario de consentimiento firmado por los padres para volver a jugar

**** Si el entrenador de atletismo cree que es lo mejor para el atleta, el entrenador puede excluir al atleta de la práctica o el juego hasta que el entrenador determine que el atleta está listo para la actividad, independientemente de si un médico haya autorizado al atleta***

Seguimiento

- Se alienta al estudiante a reunirse regularmente con el(la) consejero(a) escolar para hablar sobre el progreso, las calificaciones y el estado del trabajo de recuperación.
- Se alienta al estudiante a reunirse con el entrenador de atletismo o la enfermera de la escuela para evaluar cualquier síntoma recurrente.

Para preguntas adicionales por favor póngase en contacto con el(la) consejero(a) de su hijo(a), con la enfermera de la escuela, o con el entrenador atlético.