

PREVEURE UNA LIPOTÍMIA

10 març, 2017



La lipotímia és la pèrdua de coneixement que amb més freqüència apareix en el futbol. Es dona principalment en jugadors amb gran debilitat emocional i es caracteritza per una falta de reg cerebral, de manera espontània.

Causes que provoquen una lipotímia:

- **L'esmorzar previ a la competició**, que porta al jugador a una baixa concentració de glucosa en sang, sucre importantíssim per a la nutrició neuronal, conjuntament amb l'oxigen.
- **La calor**, la qual produeix intensa sudoració, perdent-se gran quantitat d'aigua extracel·lular, que determina una menor quantitat de sang circulant, que no és suficient pel reg cerebral.
- **Mala condició física.**
- **Por davant un dolor**, això passa quant es té por a les injeccions, a les sutures de les ferides... La sensació dolorosa envia la sang a la perifèria de l'organisme: pell i músculs esquelètics i no arriba al cervell.

Que hem de fer amb un jugador amb lipotímia:

- Aixecar-li les cames del terra.
- Airejar el vestidor.
- Col·locar-li gel en el front del cap, per estimular el cervell.
- Donar massatges al tòrax amb alcohol.
- Quan recuperi el coneixement, donar-li de beure te o cafè calent, que son estimulants cerebrals.