

QÜESTIONARI DE BUTXACA PEL RECONeixEMENT DE COMMOCIONS CEREBRALS.

11 maig, 2017



Aquest qüestionari, elaborat per la **FIFA**, ens ajudarà a identificar commocions cerebrals en nens, joves i adults.

S'ha de sospitar que existeix una commoció cerebral en presència d'una o varies de les següents anomalies o signes i símptomes visibles, o bé si l'atleta no respon adequadament a una sèrie de preguntes de memòria.

1. Signes visibles d'una possible commoció cerebrals:

- La presència d'un o més dels següents signes poder ser indicatiu d'una commoció cerebral:
- La persona perd el coneixement o la capacitat de reacció.
- Jeu estesa immòbil al terra o es posa de peus caminant molt lentament.
- Camina amb un pas insegur i vacil·lant/mostra problemes d'equilibri, amb poca destresa, i falta de coordinació.
- Es posa les mans al cap, es mostra atordida, té la mirada en blanc o perduda, mostra confusió, no està al corrent del joc o dels que està passant.

2. Signes i símptomes per a la sospita d'una commoció cerebral:

La presència d'un o més d'aquests signes i símptomes poden indicar que s'ha produït una commoció cerebral:

– Pèrdua de coneixement.

Mal de cap.

–

- Atacs o convulsions.
- Mareig.
- Problemes d'equilibri.
- Confusió.
- Nàusees o vòmits.
- Sensació de lentitud.
- Somnolència.
- Pressió en el cap.
- Emocions exagerades. —
- Visió borrosa.
- Irritabilitat.
- Hipersensibilitat a la llum.
- Tristesa.
- Amnèsia.
- Fatiga o falta d'energia.
- Atordiment.
- Nerviosisme o ansietat. —
- Mal de coll.
- Malestar general.
- Hipersensibilitat als sorolls.
- Dificultat de recordar.
- Dificultat per concentrar-se.

3. Estat de la memòria.

Sí la persona no contesta correctament a qualsevol d'aquestes preguntes, és possible que hagi patit una commoció cerebral.

- En quin estadi estem jugant?
- Quina part del partit s'està jugant?
- Qui va marcar l'últim gol en aquest partit?

- En quin partit va jugar la setmana passada/en el últim partit?
- Va guanyar el seu equip en l'últim partit?

Davant qualsevol sospita de commoció cerebral, el jugador haurà de SER RETIRAT DEL JOC DE FORMA IMMEDIATA i no haurà de tornar a l'activitat esportiva fins que no hagi estat avaluat per un metge. Tampoc se li haurà de deixar sol i no podrà conduir cap vehicle.

Es recomana que, davant qualsevol sospita de commoció cerebral, fins i tot si remeten els símptomes, el jugador sigui examinat per un metge, el qual podrà emetre un diagnòstic adequat. El metge es qui ha de determinarà quan el jugador podrà tornar a jugar.

SIGNES D'ADVERTÈNCIA:

Si s'observa QUALESEVOL dels símptomes següents, el jugador haurà de ser retirat de forma segura del camp de joc de forma immediata. Si no es troba disponible un metge, ha de considerar-se el trasllat de l'esportista en ambulància a un hospital per una avaluació mèdica d'urgència.

– Mal de coll.

– Deteriorament de l'estadi de consciència.

– Confusió o irritabilitat.

– Mal de cap sever o creixent.

– Vòmits repetits.

– Comportament anormal.

– Atacs o convulsions.

– Doble visió.

– Debilitat, formigueig/ardor als braços o cames.

Recordi:

- En tots els casos hauran d'observar-se els principis bàsics de primers auxilis (perill, reacció, vies respiratòries, respiració, circulació).
- No intenti moure al jugador més del que sigui necessari per a l'assistència respiratòria, a menys que vostè estigui capacitat per fer-lo correctament.
- No retiri el casc de la víctima (si usa), a menys que vostè estigui capacitat per fer-ho correctament.