

# PRESENTADA LA PRIMERA GUIA DE FORMACIÓ SOBRE COMMOCIÓ CEREBRAL (PDF)



Al Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat, s'ha presentat la primera **"Guia de Formació de la Commoció Cerebral"** dirigida a entrenadors i esportistes en general, sobretot en el que fa referència als esports de contacte com el futbol.

En aquesta guia es deixa clar què és una commoció cerebral i la manera de gestionar la seva evolució quan es presenta en un esportista.

El **Dr. Franchek Drobnic, Cap de Salut, Recerca i Serveis del CAR**, parlava de la importància d'aquesta guia *"per què com a mèdic i pare, quan un nen o adult té un cop, va a l'hospital, l'atenen, i dictaminen que no hi a res greu. Però, a partir d'aquest moment, ha d'haver un seguiment de les hores i dies posteriors, i tenir molta precaució de quan tornar a l'entrenament, perquè pot sobrevenir una altre commoció cerebral"*. Situació que reiterava el **Cap d'Urgències Pediàtriques de l'Hospital Sant Joan de Déu, el Dr. Carles Luaces**: *"Quan un nen arriba a urgències amb un cop al cap, avaluem els riscos i actuem en conseqüència. Però, els metges i els pares hem d'establir una vigilància perquè el nen pot tenir símptomes, dies després del cop"*.

Els metges apliquen habitualment l'escala de Glasgow, tant en nens com en adults, una sèrie de preguntes al pacient que determinen el risc del malalt:

- Risc lleu 14-15
- Moderat 13- 9 Cures intensives
- Greu < 8                      Cures intensives

Està demostrat que les radiografies cranials no aporten informació necessària per determinar si darrera d'aquesta commoció cerebral hi ha un dany cerebral secundari greu. Amb un risc moderat, ni tant sols fa falta un

TAC, amb observació durant 24 hores al domicili de l'accidentat és més que suficient. En cas de risc moderat, l'observació es millor que sigui hospitalària, i amb un risc greu, es fa necessària una Tomografia Computeritzada. En aquest sentit el **Dr. Carles Luaces** assegura que “ *els pares han de conscienciar-se que el TAC no és necessari, que l'observació durant unes hores del pacient és equivalent a aquesta prova*”.

En esports com el rugbi hi ha una prohibició expressa, quan un jugador rep un fort cop al cap no pot continuar jugant. Així ho va confirmar el **Coordinador dels Serveis Mèdics de la Federació Espanyola de Rugbi, Dr. José Carlos Saló**: “*El rugbi és l'únic esport que prohibeix a un jugador continuar al terreny de joc si ha tingut un fort cop al cap. Amb una commoció, necessitem un temps gradual pel retorn a l'esport i, fins i tot, per tornar a la programació escolar*”.

Des de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes** ja s'ha advertit que quan un nen tingui un fort cop al cap, no fa falta que perdi el coneixement, ha de retirar-se immediatament del partit i no tornar a jugar fins que un metge no el visiti. En moltes ocasions els propis jugadors treuen importància a aquests cops i volen continuar el joc, fins i tot els entrenadors. Una segona commoció cerebral, si es continua jugant és molt probable que aparegui, i les conseqüències poden ser molt greus.

Per tant, descans, observació dels metges i dels pares, i després d'un descans determinat tornar gradualment a l'esport. Amb les commocions cerebrals no es pot jugar.

**[GUIA](#)**