

Barrow Concussion Network

Six Concussion Myths

Myth: Concussions only result from a direct blow to the head.

Fact: A blow to the head is a cause of concussions, however this can also happen from a fall, or a blow to the rest of the body that causes a whiplash effect on the brain.

1

Myth: A concussion requires a loss of consciousness.

Fact: Loss of consciousness is not the only sign of a concussion. There are many other signs and symptoms used to diagnose a concussion such as, headache, nausea, fatigue, dizziness, light and noise sensitivity, and ringing in the ears.

2

Myth: A person with a concussion should stay awake for 24 hours.

Fact: It is ok for someone with a concussion to sleep. Rest is important for recovery and allows the brain to heal. They should still be monitored, and it is ok to lightly wake them every couple hours.



3

Myth: The CT scan came back normal, so there is no concussion.

Fact: It's great news that the CT (CAT) scan is normal, but it is important to remember that a concussion is caused by chemical changes in the brain and cannot be seen on a CT scan, MRI or X-ray. These tests are to make sure there are no further complications such as bleeding in the brain or skull fractures.

4

Myth: Protective equipment such as helmets and headbands prevent concussions.

Fact: There is no evidence that a specific piece of equipment can prevent a concussion. Protective equipment is designed to prevent skull fractures.



A properly fitted helmet should be worn when playing certain sports to ensure the athlete's need is protected.

5

Myth: My child can return to play and finish the game if no one is sure they suffered a concussion.

Fact: If a concussion is suspected the athlete should be removed from play until further evaluated by a qualified healthcare provider. The athlete should never return to practice or play on the same day.

When in doubt, sit them out!

6

Brain Injury & Sports Neurology Center

(602) 406-HEAD (4323) | BarrowNeuro.org/Concussion
(602) 406-4762 | ConcussionDiscussion@BarrowNeuro.org

Content source: cdc.gov/concussions, McCrory P, Meeuwse W, Dvorak J, et al. Consensus statement on concussion in sport - international conference on concussion in sport held in Berlin, October 2016. Br J Sports Med Published First: 26/4/2017. Doi:10.1136/bjsports-2017-097699

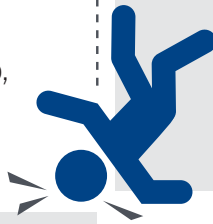
Barrow Concussion Network

Seis mitos sobre las conmociones cerebrales

Mito: Las conmociones cerebrales sólo suceden por un golpe directo a la cabeza.

Realidad: Un golpe en la cabeza es una causa de conmoción cerebral, sin embargo, esto también puede suceder por una caída o un golpe en el resto del cuerpo, que causa un efecto de latigazo en el cerebro.

1



Mito: Una conmoción cerebral implica una pérdida de conciencia.

Realidad: La pérdida de conciencia no es el único signo de una conmoción cerebral. Existen muchos otros signos y síntomas que se utilizan para diagnosticar una conmoción cerebral, como dolor de cabeza, náuseas, fatiga, mareos, sensibilidad a la luz y al ruido, y zumbido en los oídos.

2

Mito: Una persona con una conmoción cerebral debería permanecer despierta durante 24 horas.

Realidad: Está bien que alguien con una conmoción cerebral duerma. El descanso es importante para la recuperación y permite que el cerebro sane. La persona aún debería ser controlada, y está bien despertarla con cuidado cada dos horas.

3



Mito: La TC resultó normal, por ende no hay conmoción cerebral.

Realidad: Es una gran noticia que la TC sea normal, pero es importante recordar que una conmoción cerebral es causada por cambios químicos en el cerebro y no se puede comprobar en una TC, una IRM o una radiografía. Estos estudios sirven para asegurarse de que no haya más complicaciones, como sangrado en el cerebro o fracturas de cráneo.

4

Mito: Los equipos de protección como cascos y cintas para la cabeza evitan las conmociones cerebrales.

Realidad: No hay evidencia de que un equipo específico pueda prevenir una conmoción cerebral. El equipo de protección está diseñado para prevenir las fracturas de cráneo. Se debe usar un casco que se ajuste adecuadamente al practicar ciertos deportes para garantizar que la necesidad del deportista esté protegida.



5

Mito: Mi hijo puede volver a jugar y terminar el juego si no hay seguridad de que haya sufrido una conmoción cerebral.

Realidad: Ante una sospecha de una conmoción cerebral, el deportista debe ser retirado del juego hasta que un proveedor de atención médica calificado lo revise detenidamente. El deportista nunca debe volver a practicar o jugar el mismo día.

¡Ante la duda, no permita que participe!

6

Brain Injury & Sports Neurology Center

(602) 406-HEAD (4323) | BarrowNeuro.org/Concussion
(602) 406-4762 | ConcussionDiscussion@BarrowNeuro.org

Fuente del contenido: www.cdc.gov/concussions, McCrory P, Meeuwse W, Dvorak J, et al. Declaración de consenso sobre la conmoción cerebral en el deporte - Conferencia internacional sobre la conmoción cerebral en el deporte, celebrada en Berlín en octubre de 2016. Publicado primero por Br J Sports Med: 26/4/2017. Doi:10.1136/bjsports-2017-097699.