

Inova Concussion Clinic
Inova Loudoun Hospital
44035 Riverside Parkway, 500C
Leesburg, VA 20176
T: 703.858.6699
F: 703.858.8208
Inova.org/concussion

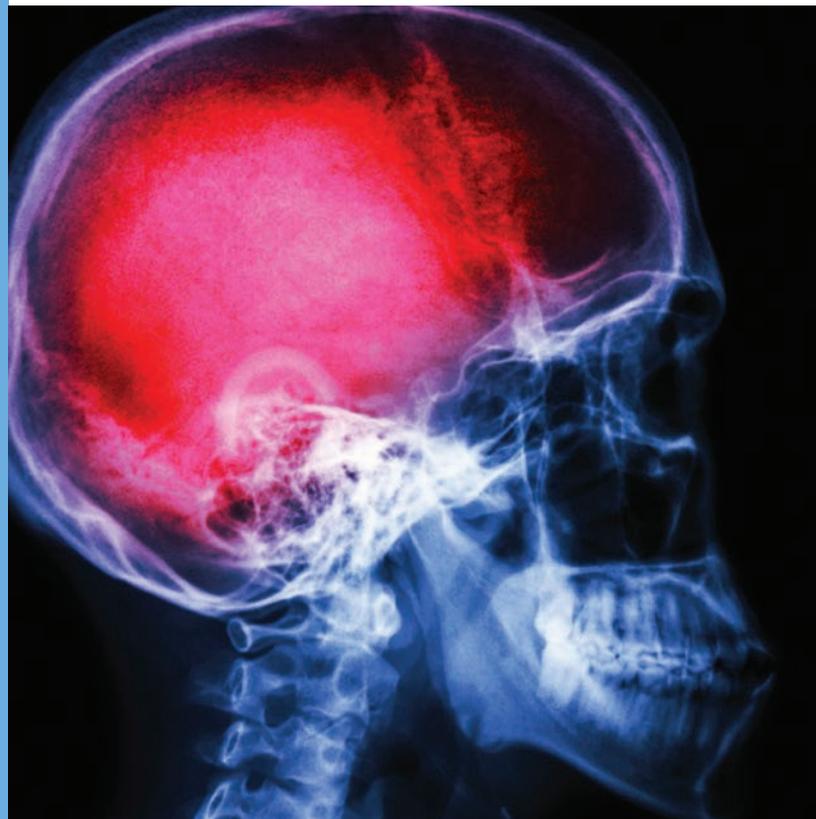
 Facebook.com/InovaLoudounHospital

Inova Concussion Clinic

Inova Loudoun Hospital

Consejos para acelerar la recuperación

- Lleve una dieta balanceada.
- Hidrátese adecuadamente.
- Establezca patrones saludables de sueño.
- Minimice el esfuerzo evitando actividades físicas y cognitivamente exigentes.
- Regrese progresivamente a sus actividades diarias.
- Evite las actividades que puedan ocasionarle otra lesión en la cabeza y que podrían llevar a una segunda conmoción cerebral (deportes o movimientos de alta velocidad).



¿Qué es una conmoción cerebral?

La conmoción cerebral o una leve lesión cerebral traumática (TBI, por sus siglas en inglés) es una interrupción temporal en el funcionamiento del cerebro debido a un fuerte golpe en la cabeza o en el cuerpo, bien sea de manera directa o indirecta.

Síntomas de una conmoción cerebral

- Se siente mareado o aturdido.
- Confusión.
- Dificultad para concentrarse.
- Cambios en el comportamiento o el estado de ánimo.
- Náuseas y vómitos.
- Problemas para mantener el equilibrio/mareos.
- Cambios en la visión.
- Dolor de cabeza.
- Sensibilidad a la luz o a los sonidos.
- Fatiga.
- Trastorno del sueño.
- Todo lo que se salga del comportamiento "habitual".

Detección temprana y tratamiento

Si cree que usted o uno de sus familiares ha sufrido una conmoción cerebral, se recomienda que lo evalúe un profesional de la salud que esté capacitado para tratar este tipo de lesiones.

Los atletas que sufran una conmoción cerebral jamás deben volver a practicar el deporte o realizar las actividades recreativas el mismo día de la lesión. El profesional de la salud capacitado ayudará al atleta durante las etapas de recuperación, así como en el proceso para que regrese a la escuela o al trabajo y sus actividades.

¿Cuánto tarda la recuperación?

La mayoría de los pacientes se recuperan totalmente de una conmoción cerebral en un plazo de 2 a 4 semanas. Sin embargo, la duración exacta depende de muchos factores que incluyen la gravedad de la conmoción cerebral, la edad del paciente, antecedentes médicos y los cuidados personales después de la lesión.

Inova Concussion Clinic

La clínica Inova Concussion Clinic en Inova Loudoun Hospital cuenta con un equipo médico colaborador, multidisciplinario y personalizado, junto con tecnología avanzada para ayudar a los pacientes en recuperación de una conmoción cerebral.

Nuestro equipo multidisciplinario está conformado por:

- Directivos médicos especializados.
- Proveedores médicos especializados en conmociones cerebrales.
- Fisioterapeutas con capacitación especializada y con acreditación en:
 - disfunción vestibular y del equilibrio;
 - lesiones ortopédicas;
 - neurorehabilitación;
 - especialistas acreditados en lesiones cerebrales (CBIS, por sus siglas en inglés);
 - especialistas acreditados como fisioterapeutas capacitados por ImPACT (ITPT, por sus siglas en inglés).
- Patólogos del lenguaje y del habla especializados en rehabilitación cognitiva.
- Entrenador atlético acreditado.

Como expertos en el área, Inova Concussion Clinic en Inova Loudoun Hospital es el recurso de confianza para:

- Pruebas iniciales.
- Identificación temprana mediante la educación en la comunidad.
- Tratamiento y rehabilitación.
- Etapas de supervisión para obtener el certificado de salud que permita volver a las actividades académicas, deportivas y demás.

Contáctenos:

Para obtener más información o para programar una cita, llame al 703.858.6699.