

Conmoción cerebral

La **conmoción cerebral** (o **traumatismo cerebral leve**) es una lesión en el cerebro que se produce como consecuencia de una contusión de cráneo. En los Estados Unidos, la conmoción cerebral afecta a más de 1 millón de personas por año. La edición de JAMA del 6 de julio de 2011 incluye un artículo sobre la conmoción cerebral.

CAUSAS

Los accidentes automovilísticos son la causa más frecuente de conmoción cerebral, pero esta también puede ser consecuencia de los deportes de contacto activo (como boxeo, artes marciales y fútbol), deportes extremos (como escalada en roca, ciclismo de montaña, esquí alpino y snowboard profesional), algunas otras actividades recreativas (como equitación y patinaje sobre hielo) y caídas en el hogar. Asimismo, ciertos rasgos genéticos se han relacionado con el riesgo de conmoción cerebral.

La causa directa de la conmoción cerebral es la **aceleración y desaceleración** rápidas que se producen en el momento del golpe en la cabeza, lo que hace que el cerebro se sacuda dentro del cráneo y que las **neuronas** (células nerviosas) se estiren y no funcionen bien por un tiempo.



SÍNTOMAS

- Dolor de cabeza
- **Desorientación** (confusión)
- **Amnesia temporal** (falta de memoria de los acontecimientos anteriores y posteriores al traumatismo) u otros problemas de memoria
- Alteración del nivel de conciencia (somnolencia, dificultad para despertarse) o **pérdida de conocimiento** (desvanecimiento)
- Náuseas y vómitos
- Zumbido en los oídos
- Dificultades con el habla, el equilibrio, el criterio o la coordinación
- Dificultades con la concentración y el aprendizaje
- Dificultad para dormir

La gravedad de la conmoción cerebral se clasifica en función de la duración de la amnesia y la pérdida de conocimiento.

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

Los síntomas de la conmoción cerebral se presentan inmediatamente después de la lesión y deben evaluarse lo más rápido posible. En primer lugar, se evalúan el estado de alerta, la orientación, la memoria y el estado neurológico. En algunos casos, pueden realizarse a continuación procedimientos de diagnóstico de cráneo como tomografía computarizada (computed tomography, CT) o resonancia magnética (magnetic resonance imaging, MRI) a fin de descartar complicaciones infrecuentes pero peligrosas (como fractura de cráneo e inflamación o sangrado cerebrales). La evaluación clínica posterior a la conmoción cerebral debe repetirse hasta que los síntomas se resuelvan completamente.

Para la recuperación completa, es importante descansar y regresar a las actividades físicas y deportivas normales de forma gradual. Las cefaleas y los dolores musculares se tratan con medicamentos, como paracetamol (que generalmente se prefiere al ibuprofeno para reducir el riesgo de sangrado). En casos más graves de síndrome posterior a la conmoción cerebral, puede ser útil la **terapia cognitiva conductual** (un tipo de terapia psicológica). Es importante prevenir una segunda lesión durante la recuperación porque sufrir una conmoción cerebral quintuplica el riesgo de una segunda conmoción cerebral, y una segunda conmoción cerebral al poco tiempo de la primera aumenta el riesgo de inflamación cerebral peligrosa.

PRONÓSTICO

La conmoción cerebral es una enfermedad que remite espontáneamente y los síntomas generalmente se resuelven en un plazo de 2 a 6 semanas. Sin embargo, si los síntomas persisten o si aparecen nuevos síntomas (como aumento de las cefaleas, vómitos, confusión o crisis epiléptica), debe procurar ayuda de su médico inmediatamente dado que estos síntomas podrían indicar la presencia de una lesión cerebral más grave.

PREVENCIÓN

Prestar atención a la seguridad, poner en práctica medidas de seguridad en su casa, usar cinturón de seguridad en el automóvil y usar un casco adecuadamente diseñado durante las actividades deportivas son medidas fundamentales para prevenir la conmoción cerebral.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

National Library of Medicine
(Biblioteca Nacional de Medicina)
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000799.htm

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuentes: The National Library of Medicine at the National Institutes of Health

Ryszard M. Pluta, MD, PhD, Writer

Cassio Lynn, MA, Illustrator

Robert M. Golub, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan al diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

