



Salud del cerebro para niños

UN PROGRAMA DE LA ASOCIACIÓN DE
LESIONES CEREBRALES DE AMÉRICA

Mejorando después de una lesión cerebral Consejos e información para padres

La información proporcionada en esta presentación no es un sustituto de la atención médica o profesional. Las preguntas sobre el diagnóstico y el tratamiento de una lesión cerebral deben dirigirse al médico o enfermero de su hijo.

Ayudar a su hijo/a a recuperarse después de una lesión cerebral puede parecer estresante o aterrador.

✓ Ya estás haciendo lo correcto al aprender cómo ayudarlos durante este tiempo.

La recuperación es diferente para cada niño

Para la mayoría de los niños, la recuperación puede tardar de días a semanas. Para otros, la recuperación puede tardar meses o años. Por eso, una lesión cerebral se considera tanto una condición médica a corto plazo como continua (crónica).

Los médicos y enfermeras evaluarán el tipo y la gravedad de una lesión cerebral para determinar si un niño puede:



Recuperarse en casa



Debe permanecer en un hospital y recibir atención especializada

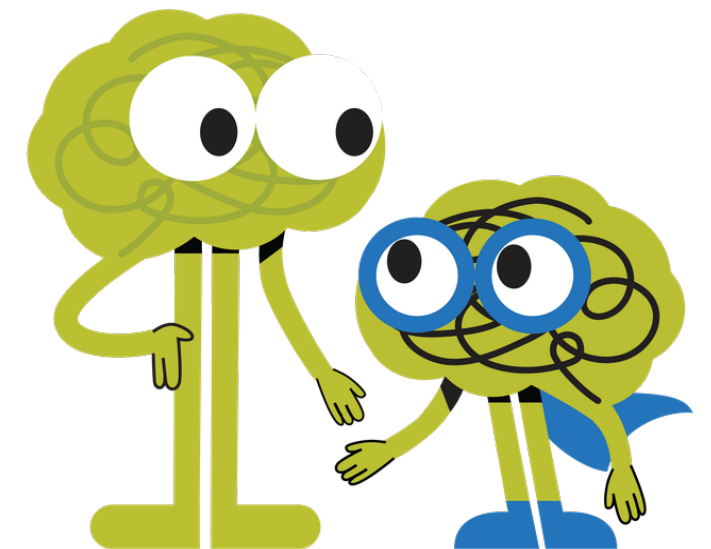
Recuperación en casa



La mayoría de los niños con una lesión cerebral pueden recuperarse de manera segura en casa después de ser revisados por su médico o enfermera.

Qué esperar:

- Los síntomas suelen ser más graves durante las primeras 24 a 48 horas después de una lesión cerebral.
- Los síntomas de una lesión cerebral son generalmente parte del proceso normal de curación.
- Es común que los síntomas de la lesión cerebral cambien o reaparezcan durante el proceso de recuperación.
- La mayoría de los niños se sentirán mejor en un par de semanas y ya no experimentarán síntomas.



Recuperación en casa



Consejos para los padres:

- **Programa una cita de seguimiento** con su médico o enfermero habitual para que puedan revisar la recuperación de tu hijo/a.
- Asegúrate de que tu hijo/a evite actividades que lo pongan en riesgo de otra lesión en la cabeza o el cerebro durante la recuperación. El cerebro de tu hijo/a todavía se está sanando y es más vulnerable a los efectos de otra lesión.
- Solicita instrucciones por escrito sobre cómo ayudar a tu hijo/a a regresar a la escuela, los deportes y sus otras actividades regulares basadas en sus síntomas.
- Si los síntomas de tu hijo/a duran más de 2 a 4 semanas, pregunta a su médico o enfermero sobre la posibilidad de obtener una referencia a un especialista en lesiones cerebrales para ayudar en su recuperación.

Algunos niños pueden sentirse tristes o frustrados durante su recuperación .

Mantenerlos conectados con amigos y seres queridos que puedan apoyarlos durante este tiempo puede ayudar.



Recibiendo atención en un hospital



Es probable que su hijo/a primero reciba cualquier atención y tratamiento de emergencia necesarios antes de ser ingresado en el hospital.

Qué esperar:

- Los médicos y enfermeras a menudo realizan varias pruebas para aprender más sobre la lesión y sus efectos en el cerebro de su hijo/a. Esto puede incluir imágenes del cerebro mediante Tomografías Computarizadas (TC) o Imagen por Resonancia Magnética (IRM).
- Su hijo/a debería recibir un plan de tratamiento propio basado en su lesión y síntomas. Esto puede incluir procedimientos médicos y medicamentos para ayudar con los problemas de salud que surjan.
- Algunos niños pueden recuperarse en casa después de salir del hospital, mientras que otros pueden necesitar atención especializada en otros entornos médicos, como un centro de rehabilitación.

Recibiendo atención en un hospital



Consejos para Padres:

- Escriba las preguntas que tenga para el médico o enfermero de su hijo/a para tenerlas listas cuando estén disponibles.
- Establezca un plan para informar a amigos y familiares sobre cómo está su hijo/a e identifique a alguien que pueda ayudarle a proporcionar estas actualizaciones.
- Muchos hospitales cuentan con capellanes y trabajadores sociales que están disponibles para hablar con usted y brindarle apoyo y comprensión.
- Mantenga copias de los registros médicos y estudios de imagen de su hijo/a (radiografías, IRM).



Tómate tiempo para ti .

**Cuidar a tu hijo/a
después de una lesión
cerebral puede ser
difícil y estresante .**

Cuando sea posible :

- ✓ Intenta dormir lo suficiente
- ✓ Come alimentos saludables
- ✓ Bebe mucha agua para mantenerte hidratado
- ✓ Da paseos y realiza otras actividades físicas
- ✓ Sal al aire libre, la naturaleza puede ser sanadora
- ✓ Mantente conectado con los demás y pide ayuda cuando la necesites

Confía en tus instintos

- ✓ Sabes lo que es normal para tu hijo/a y lo que no.
- ✓ Supervisa a tu hijo/a regularmente y observa cualquier cambio en su comportamiento o estado de ánimo.
- ✓ Si sus síntomas o problemas de salud parecen estar empeorando, asegúrate de compartir esta información con su médico o enfermera.



Para obtener más consejos e información sobre lesiones cerebrales

Visite www.biausa.org/KidsBrainHealth

**O llame a la Asociación de
Lesiones Cerebrales de América
al [1-800-444-6443](tel:1-800-444-6443)**

