

# Cuándo Usted se ha Lastimado la Cabeza



Mucha gente que se lastima la cabeza se recupera, y no tiene cambios al largo plazo. Algunas personas tienen cambios que no se notan de inmediato, sino se pueden ver diferencias durante unos meses después que le preocupan. Esta tarjeta menciona algunos de los síntomas comunes que usted - o alguien que conoce - puede tener, si sufre una lesión cerebral leve. Si nota cualquier de los problemas en la lista - Y NO DESAPARECEN - vea el casillero de "Consejos" al reverso de esta página.

## PREOCUPACIÓN SOBRE LA SALUD



### Dolores de Cabeza

#### Incluyendo:

- Dolores de cabeza recurrentes
- Dolor en los músculos de la cabeza
- Dolor en el hueso de la cabeza (cráneo)
- Dolor debajo de los oídos
- Dolor en la quijada
- Dolor dentro de o alrededor de los ojos

### Problemas de Equilibrio

- Mareo
- Problemas para mantener el equilibrio

### Cambios en los sentidos

- Le molestan los olores
- Cambios en el olfato o el paladar
- Cambios en el apetito



- Zumbido en los oídos
- Pérdida de audición
- Le molestan los ruidos
- No soporta los ruidos del ambiente normal

- Siente mucho calor
- Siente mucho frío
- No tiene sentido de la temperatura



- Visión nublada
- Visión doble
- Problemas para ver con claridad "problemas para enfocar"
- Le molesta la luz

***Estos cambios no suceden con frecuencia. Si usted o alguien que conoce nota cualquier de las dificultades en esta lista y no desaparecen, contáctese con su médico lo más pronto posible.***

- Dolores de cabeza severos que no desaparecen ni mejoran
- Ataques: parpadeo de los ojos, se le pone rígido o tieso el cuerpo, mirada fija en el espacio
- Parece que se le olvida todo, amnesia
- Temblor de las manos, temblores, los músculos se ponen débiles, pérdida de la fuerza muscular
- Nausea o vómito recurrente

### Cambios al dormir

- No puede dormir la noche entera
- Duerme mucho
- Confunde el día con la noche



### Problemas de Dolor

- Dolores frecuentes en el cuello y en los hombros
- Otros dolores del cuerpo sin explicación



Continúa en la siguiente página

# EMOCIONES Y COMPORTAMIENTO

## Cambios de personalidad, estado de ánimo o comportamiento

- Está irritable, ansioso, agitado
- Se enoja o frustra con facilidad
- Reacciona exageradamente, llora o ríe con facilidad
- Cambia de estado de ánimo
- Quiere estar solo o lejos de la gente
- Tiene miedo de la gente, culpa a otros
- Quiere que lo cuiden
- No sabe como actuar con la gente
- Corre riesgos sin pensar en los peligros
- Está triste o deprimido
- No tiene motivación para hacer nada. Tiene dificultad para empezar a actividad
- Está cansado, tiene sueño
- Responde lentamente
- Se tropieza, se cae, se le caen las cosas, es torpe
- Come muy poco, come todo el tiempo o come objetos que no son comida
- Tiene comportamiento sexual diferente que otra gente
- Ha empezado a consumir o tiene reacciones diferentes al alcohol o las drogas
- Se desviste en público

## DIFICULTADES DE PENSAMIENTO

- Tiene dificultad para recordar
- Tiene dificultad para concentrarse
- Reacciona lentamente
- Piensa lentamente
- No comprende los chistes, toma las cosas literalmente
- Reconoce las palabras, pero no su significado
- Piensa en lo mismo una y otra vez
- Tiene dificultad para aprender algo nuevo
- Tiene dificultad para organizar "el escritorio, su habitación, papeles"
- Tiene dificultad para tomar decisiones
- Tiene dificultad para planificar, comenzar, hacer y terminar una tarea
- Tiene dificultad para recordar que tiene que hacer las cosas a tiempo
- No toma buenas decisiones "pérdida del sentido común"

## PROBLEMAS DE COMUNICACIÓN

- Tiene dificultad para hablar de un solo tema, cambia el tema
- Tiene dificultad para pensar en las palabras correctas
- Tiene dificultad para escuchar
- Le es difícil poner atención o mantener una conversación larga
- Su pronunciación no es muy clara
- Tiene dificultad para leer
- Habla demasiado



[www.tndisability.org/brain](http://www.tndisability.org/brain)

## CONSEJOS

***Si usted o alguien cercano a usted nota cualquier de estos problemas y no desaparecen, haga lo siguiente:***

"Pídale a su doctor una referencia para visitar a un especialista en lesiones cerebrales. Éste puede ayudarle a aprender nuevas habilidades (rehabilitación).

"Pídale a su doctor una referencia para visitar a un neuropsicólogo certificado. Este especialista le puede ayudar a comprender y a hacer frente a los cambios de comportamiento y emociones causados por esta lesión.

**Para más información, llame al programa de Lesión Cerebral Traumática:**

**1-800-882-0611**

**<http://health.state.tn.us/TBI/index.htm>**

Sólo hemos mencionado los problemas más comunes cuando alguien se ha lastimado la cabeza. La lista no incluye todos los problemas que pueden tener.

El proyecto CEREBRO se apoya en el proyecto H21MC06739-03-00 como parte de la Agencia de Salud de Niños y Madres, que es parte de la Administración de Servicios y Recursos de Salud del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (Health Resources and Services Administration's Maternal and Child Health Bureau). Apoyo adicional viene del Departamento de Educación de Tennessee, división de Educación Diferenciada (TN Dept. of Education division of Special Education). El contenido de esta publicación es la responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente reflejan las perspectivas del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services, DHHS). El Proyecto CEREBRO es un proyecto de la Coalición de Discapacidades de Tennessee y se implementa por un contrato con el Programa de Lesión Cerebral Traumática (TBI) del Departamento de Salud de TN.

**Para obtener esta información en otro formato, contáctese con el Centro de Asistencia Técnica de Lesión Cerebral Traumática (TBI Technical Assistance Center): 202-882-0611**