Padre/tutor:

Lea cuidadosamente la siguiente información e indique consentimiento para la participación de su hijo a través del proceso de envío de formularios electrónicos que se encuentra en www.familyid.com. Su consentimiento e indicación de que ha revisado y aceptado cada ítem con su estudiante-deportista otorga permiso para que su hijo/pupilo participe en el programa de Actividades deportivas de las Escuelas Públicas de Highline.

BOLETIN DE INFORMACION DE ELEGIBILIDAD PARA ACTIVIDADES/DEPORTES

DERECHOS DEL ESTUDIANTE

Los estudiantes que participan en el Programa de Deportes inter-escolares y Actividades estudiantiles se rigen por los derechos, la protección y las responsabilidades según lo prescrito por la Asociación de Actividades Inter-escolares de Washington (WIAA por sus siglas en inglés), las Escuelas Públicas de Highline y la liga en la que participan. Los estudiantes y/o sus padres/tutores pueden presentar una solicitud de excepción a estas regulaciones y pueden apelar cualquier decisión relacionada con dichas solicitudes a través del director de deportes de su edificio.

RESPONSABILIDADES DEL ESTUDIANTE

Los participantes deben cumplir con las reglas y regulaciones de su escuela, las Escuelas Públicas de Highline, la liga en la que participan y la WIAA; y para comportarse de una manera segura y deportiva. Los infractores están sujetos a medidas disciplinarias, suspensión o expulsión.

REQUISITOS PARA LA PARTICIPACION ANTES Y DURANTE LA TEMPORADA

EDAD

Tener menos de veinte (20) años el 1° de septiembre para la temporada deportiva de otoño, el 1° de diciembre para la temporada de deportes de invierno y el 1° de marzo para la temporada de deportes de primavera.

PRE-PARTICIPACION

1. Haber asistido regularmente a la escuela como estudiante a tiempo completo durante el semestre inmediatamente anterior a la temporada de competencia. Un estudiante de tiempo completo está inscrito en seis clases (3.0 créditos) en una escuela del Distrito de Highline o un equivalente de 3.0 créditos de semestre de un bachillerato si es un estudiante de Running Start, Home School (Estudios en casa) o de Educación alternativa. Un estudiante que no cumpla con este requisito no es elegible para practicar o competir hasta que se haya completado un semestre completo.
2. Un estudiante de 12° grado en camino a graduarse puede inscribirse con una clase menos (cinco) o un equivalente de 2.5 créditos de semestre de un bachillerato si es un estudiante de Running Start, Home School o de Educación alternativa.
3. Los participantes deben estar inscritos en un programa académico que conduzca a un diploma del bachillerato. Los estudiantes inscritos en los programas de GED no son elegibles para deportes/actividades inter-escolares.

REQUISITO ACADEMICO

1. Registrarse y asistir a seis clases equivalentes a 3.0 créditos semestrales o el equivalente como se indica en la sección anterior.
2. Asistir y aprobar un mínimo de cinco clases y alcanzar un promedio mínimo de calificaciones de 2.0.
3. Para los propósitos de determinar la elegibilidad académica, el reporte de progreso más reciente administrado por la escuela del semestre, trimestre será la calificación determinante. Al final del semestre se usará la calificación final del semestre.
4. Las calificaciones obtenidas durante la escuela de verano para clases similares pueden contar para la elegibilidad de otoño. Las calificaciones de la escuela de verano no contarán hasta que se publiquen en el archivo académico del estudiante.
5. Una calificación incompleta del semestre se puede recuperar para obtener crédito durante las primeras cinco semanas del semestre siguiente. El estudiante no es elegible para la competencia hasta que los grados incompletos se borren y se publiquen en el expediente académico del estudiante.
6. Debe asistir todo el día escolar para practicar o competir. Los estudiantes que regresan de suspensiones académicas o disciplinarias que terminan el viernes pueden volver a participar el lunes siguiente. Los estudiantes suspendidos (suspensión dentro o fuera de la escuela) no pueden practicar durante el período de suspensión y deben practicar al menos un día antes de poder competir.
7. Se requiere que los estudiantes estén en la práctica desde el comienzo hasta el final, excepto en casos excepcionales previamente aprobados por un administrador.

REQUISITOS DE RESIDENCIA Y PROGRAMAS ACADEMICOS

1. Residencia. Los participantes deben vivir con un padre o un tutor aprobado por la corte que sea residente del Distrito de Highline, siempre y cuando que ese tutor haya estado funcionando como tal por un mínimo de un año. Los estudiantes dentro y fuera del distrito que asisten a las escuelas del Distrito de Highline que no ofrecen deportes inter-escolares en su campus, deben regresar a su escuela de residencia para participar en deportes inter-escolares.
2. Estudiantes de Running Start. Los estudiantes de Running Start que deseen participar en deportes inter-escolares deben vivir con un padre o tutor legal aprobado por la corte en el distrito de Highline, siempre y cuando que ese tutor haya estado funcionando como tal por un mínimo de un año y presente un contrato WIAA Running Start al director de deportes del edificio.

3. Estudiantes que estudian en casa (Home School). Los participantes que estudian en casa (homeschool) deben vivir en el Distrito de Highline con un padre o tutor legal aprobado por la corte en el distrito de Highline, siempre y cuando ese tutor haya estado funcionando como tal por un mínimo de un año y presente un contrato WIAA Home Based Education School al director de deportes del edificio. Los estudiantes que estudian en casa solo pueden competir en su escuela de residencia.
4. Estudiantes en escuela alternativa. Los estudiantes en escuelas alternativas que residen en el Distrito de Highline con un padre o tutor legal aprobado por la corte en el distrito de Highline, siempre y cuando ese tutor haya estado funcionando como tal por un mínimo de un año y presente un contrato WIAA Alternative Education School al director de deportes del edificio. Los estudiantes en escuelas alternativas solo pueden competir en su escuela de residencia.
5. Los estudiantes que regresan a la escuela de residencia para tener acceso a los programas deportivos. Los estudiantes que asisten a otras escuelas del distrito que regresan a su escuela de residencia para tener acceso a los programas deportivos deben, a diario, organizar su calendario académico para estar vestidos y listos para participar cuando comience la práctica. Animamos a las familias con gran interés en deportes, a que observen detenidamente la compatibilidad de los horarios al considerar los programas académicos de la escuela que no son de su residencia. Puede ser necesario asistir al bachillerato de residencia para poder participar plenamente en deportes.

TRANSFERENCIAS

1. Transferencia de estudiantes dentro del distrito. Los estudiantes entrantes al noveno grado y los estudiantes actuales de 9º a 12º grado que se transfieren de una escuela o área de servicio del distrito de Highline a otro sin un cambio de residencia por toda la unidad familiar serán elegibles a nivel sub varsity por un año calendario. Se les puede solicitar a los estudiantes con una transferencia dentro del distrito que presenten un Contrato de Residencia Estudiantil WIAA.
2. Transferencia de estudiantes fuera del distrito. Los estudiantes con una transferencia deben mostrar prueba de residencia y proporcionar un expediente académico de cada escuela a la que asistieron antes de que se permita participar en las prácticas. Los estudiantes que se están transfiriendo no pueden participar en actividades de verano antes del inicio del año escolar hasta que se verifique el comprobante de retiro oficial de la escuela anterior, se verifique la residencia dentro del distrito, se hayan recibido y revisado los expedientes académicos, se acepte oficialmente al estudiante a una escuela del distrito de Highline y el director de deportes ha aprobado la elegibilidad. Se les puede solicitar a los estudiantes con una transferencia que presenten un Contrato de Residencia Estudiantil WIAA.

EXAMEN FÍSICO Y REGRESO A LA PARTICIPACIÓN

1. Los estudiantes que participan en deportes inter-escolares deben haber pasado un examen físico por una autoridad médica con licencia utilizando el formulario proporcionado por el distrito. El examen físico será válido por 24 meses y no puede caducar durante la temporada.
2. Presente a los oficiales de la escuela el Formulario de Regreso a la participación del distrito firmado por una autoridad médica con licencia para realizar un examen físico y posteriormente ser sometido a pruebas y ser aprobado por un entrenador deportivo del distrito antes de reanudar la participación después de una lesión o enfermedad lo suficientemente grave como para requerir atención médica.

GENERAL

1. Completar y enviar toda la documentación requerida antes de la primera práctica.
2. Comprar una tarjeta de ASB, pagar la cuota para la participación en deportes/actividades y pagar cualquier multa pendiente antes de la primera competencia o antes de la fecha requerida por la escuela.
3. Completar los requisitos adicionales de la escuela y el entrenado/asesor.
4. Estar de acuerdo en mantener los estándares del contrato de actividades extracurriculares de acuerdo con el Procedimiento 2151P de la Junta.
5. Estar de acuerdo en utilizar el transporte proporcionado por el distrito y proveer su propio transporte a las prácticas y/o competiciones no cubierto por el distrito.
6. Aceptar cumplir con todos los requisitos y terminar la temporada en buenos términos de acuerdo con las reglas del equipo, de la escuela y del distrito escolar para ser elegible para obtener una letra de la escuela y/u otros premios del programa incluyendo representar a la escuela como un buen ciudadano tanto en el campus como en la comunidad.

LIMITACION DE LA TEMPORADA

Después de comenzar el séptimo grado en la escuela, a un estudiante se le permite participar en concursos inter-escolares solo durante seis años de competencia Interescolares. Él/ella tendrá solo dos años de elegibilidad en el séptimo y octavo grado. Si repite el séptimo u octavo grado, el estudiante será elegible solo durante dos años. Después de ingresar al noveno grado, un estudiante tendrá cuatro años consecutivos de elegibilidad inter-escolar.

SEGURO

Las Escuelas Públicas de Highline **requieren** que su deportista esté cubierto por un plan de seguro médico adecuado y que el nombre de la compañía y el número del plan estén claramente establecidos en la documentación de elegibilidad. Su plan de seguro familiar puede cubrir la participación en deportes. Por favor, cerciórese de esta cobertura. El seguro para deportes de terceros está disponible para la compra. La información está disponible en la oficina de su escuela.

POSICION DE AMATEUR

Un estudiante que representa una escuela en un deporte inter-escolar debe ser un amateur en ese deporte. Un atleta estudiante amateur es aquel que se dedica al deporte por los beneficios físicos, mentales, sociales y educativos que se derivan de él y al quien el deporte es una vocación y no una fuente de recompensa financiera. Para mantener la posición de amateur, el estudiante deportista no puede aceptar mercancía o regalos durante cualquier año calendario, desde el 1° de septiembre hasta el 31 de agosto, que exceda la asignación anotada en el Manual de WIAA. Las cuotas de membresía reducidas o las cuotas de usuario reducidas de un club de deportes, centro recreativo, campo de golf, etc., deben incluirse dentro de esta asignación para los gastos. La asignación para los gastos para el año actual se puede encontrar en el Manual de WIAA en www.wiaa.com.

PERMISO MÉDICO

En caso de una emergencia que involucre a mi hijo, el entrenador, el Entrenador de deportes del distrito u otro funcionario apropiado del Distrito de Highline está autorizado a tomar todos los pasos que sean necesarios, incluyendo, sin limitación, lo siguiente cuando y si es apropiado en el juicio del oficial (no necesariamente en el orden indicado cuando se toma más de un paso): (1) llamar al 911 o un número equivalente para convocar asistencia médica de emergencia; (2) llamarme a mí o a cualquier otra persona mencionada en el Formulario de autorización de atletismo del distrito escolar; (3) llamar al médico/clínica del niño como se indica en el *Athletics Clearance Form* del distrito escolar; (4) si no es posible comunicarse con las personas identificadas en (2) y (3) arriba: (a) llamar o llevar a mi hijo a un médico disponible localmente o (b) llevar a mi hijo a un hospital local. Por la presente, autorizo a cualquier proveedor de asistencia médica mencionado anteriormente incluyendo a cualquier médico, paramédico y cualquier hospital proporcionar tal tratamiento médico y los procedimientos que sean necesarios en su juicio.

SEGURO

El padre/tutor es responsable de los gastos médicos que puedan surgir de la participación. **El Distrito Escolar de Highline requiere, pero no proporciona seguro médico para los participantes.** Se requiere que el padre/tutor complete la información del seguro en el *Athletics Clearance Form*, incluyendo tanto el nombre de la compañía como el número del plan de la compañía de seguros O el padre/tutor debe comprar un seguro como se indica en el *Athletics Clearance Form*. Este seguro solo es válido hasta el 31 de julio del año escolar actual. **El padre/tutor debe actualizar la información con la escuela de inmediato si ésta cambia durante el tiempo que el niño/pupilo participa en deportes**.

Contrato de actividades extracurriculares para estudiantes

Este contrato se aplica a todas las actividades extracurriculares durante todo el año y está vigente desde el primer día de la primera temporada de participación hasta el último día del último año escolar del estudiante. Las suspensiones por violaciones incurridas fuera de la participación de la temporada de deportes de la WIAA (antes del último día de la competencia estatal, sean o no participantes) comenzarán a partir del primer día de la próxima temporada de participación y debe ser una temporada a cuál el individuo es un participante que regresa.

Reconozco que ser participante en atletismo estudiantil u otras actividades extracurriculares en el Distrito Escolar de Highline significa ser un modelo para los otros estudiantes y mantenerme a un alto nivel de conducta personal.

Para que yo pueda disfrutar el privilegio de participar en deportes extracurriculares u otras actividades, acepto obedecer y estar sujeto a las reglas de Washington Interscholastic Activities Association, del Distrito Escolar de Highline y los entrenadores/asesores de mi escuela.

Entiendo que estoy sujeto a estas reglas durante todo el año y no solamente durante las temporadas o periodos de tiempo de deportes extracurriculares u otras actividades.

Entiendo que todas las reglas para la participación extracurricular de los estudiantes en el Distrito Escolar de Highline están disponibles a petición, o en línea en www.highlineschools.org/athletics.

Entiendo que puedo perder mi privilegio de participar en actividades extracurriculares por toda una temporada o más si poseo, uso, hago tráfico de drogas, alcohol o tabaco; o estar en presencia del uso de tal sustancia prohibida por la ley penal o permanezco cerca de la misma o participo en un comportamiento que permita a otros usar ilegalmente tales sustancias. Además, entiendo que puedo ser excluido de la participación si me involucro en actos criminales u otras malas conductas, como acoso, intimidación, novatadas, peleas, trampas, falsificación y/o uso inapropiado de las redes sociales.

Entiendo que todas las ofensas por la violación de estas reglas, incluyendo las primeras ofensas, pueden resultar en la exclusión de la participación en actividades extracurriculares y que la exclusión de la participación puede evitarse o acortarse solo por auto-informe, cooperación sincera, evaluación voluntaria y tratamiento.

Acepto cumplir con todas las reglas del equipo/actividades, lograr y mantener el cumplimiento de todos los requisitos académicos y de pre-participación para la elegibilidad y entiendo que se me puede negar la participación por no cumplir con estos estándares y que debo terminar la temporada en buenos términos para poder asistir a las ceremonias de entrega de premios y ser elegible para el reconocimiento individual y del equipo.

ADVERTENCIA Y ACUERDO PARA OBEDECER INSTRUCCIONES

Estoy consciente de que jugar o practicar para jugar/participar/competir en cualquier deporte puede ser una actividad peligrosa que implica MUCHOS RIESGOS DE LESIÓN. Entiendo que los peligros y riesgos de jugar o practicar para jugar/participar/competir en deportes inter-escolares incluyen, pero no se limitan a, muerte, lesiones serias en el cuello y la columna vertebral (que pueden resultar en parálisis completa o parcial), daño cerebral, lesiones graves a prácticamente todos los órganos internos, huesos, articulaciones, ligamentos, músculos, tendones y otros aspectos del sistema muscular óseo y lesiones serias o deterioros a otros aspectos de mi cuerpo, salud general y bienestar. Entiendo que los peligros y riesgos de jugar o practicar para jugar/participar/competir en deportes inter-escolares pueden resultar no solo en lesiones graves, sino en un serio deterioro de mis habilidades futuras para ganarme la vida, participar en otras labores, actividades sociales y recreativas y en general, disfrutar de la vida.

Debido a los peligros de participar/competir en deportes inter-escolares, reconozco la importancia de seguir las instrucciones de los entrenadores con respecto a las técnicas de juego, de entrenamiento y otras reglas del equipo, etc. y acepto obedecer dichas instrucciones.

Además, entiendo que el riesgo de lesión descrito anteriormente puede reducirse al seguir las instrucciones proporcionadas por el distrito, pero debido a la naturaleza del deporte que he seleccionado, aún existe el riesgo de lesión, independientemente de las precauciones que se hayan tomado o los procedimientos aplicados.

Además, reconozco que el béisbol, el baloncesto, el fútbol americano, el fútbol (soccer) y la lucha libre son deportes que implican a veces contacto violento de persona a persona y por lo tanto, el riesgo de lesiones en estos deportes es incluso mayor que en otros deportes.

He leído y entiendo la información provista en los *Read and Review Documents AD-2.* Solicito que el Distrito Escolar de Highline me permita participar/competir en los deportes o actividades designadas indicadas en el *Athletics Clearance Form* del Distrito Escolar, incluyendo entre otros, las pruebas de selección, practicar, jugar o participar en estos deportes.

CUOTA DE PARTICIPACION

EL PAGO DEBE RECIBIRSE PARA O ANTES DEL 2° MARTES DE LA TEMPORADA ~ Por favor espere hasta después de las eliminatorias.

No se reembolsarán las cuotas una vez que empiece la competición.

- La Junta directiva de las Escuelas Públicas de Highline ha aprobado una cuota de participación de $50.00 por deporte para las personas que participan en los programas de deportes del bachillerato. Se cobra una tarifa reducida de $25.00 por deporte a las personas aprobadas para almuerzo gratis o a precio reducido.
- Las personas deben pagar no más de dos temporadas por año escolar.
- A las familias con dos o más estudiantes que participen en deportes del bachillerato se les cobrará un máximo de $175 por año ($85 por año para las familias que califican para almuerzo gratis o a precio reducido).
- Todos los participantes deben comprar una tarjeta ASB de la escuela.

TARIFA REDUCIDA DE PARTICIPACIÓN

Los estudiantes que califiquen para almuerzo gratis o a precio reducido son elegibles para una *tarifa reducida de participación en atletismo/actividades indicada anteriormente. Para recibir la tarifa reducida, el* padre/tutor debe ser aprobado por adelantado por los servicios de nutrición completando la solicitud de almuerzo gratis o a precio reducido en línea disponible a través del siguiente enlace:

Información sobre la conmoción cerebral

Una conmoción cerebral es una lesión cerebral y todas las lesiones cerebrales son serias. Son causados por un golpe, golpe o una sacudida en la cabeza, o por un golpe en otra parte del cuerpo con la fuerza transmitida a la cabeza. Pueden variar de leves a graves y pueden alterar la forma en que el cerebro normalmente funciona. Aunque la mayoría de las conmociones cerebrales son leves, **todas las conmociones cerebrales son potencialmente graves y pueden dar lugar a complicaciones que incluyen daño cerebral prolongado y la muerte si no se reconocen y se manejan adecuadamente.** En otras palabras, incluso un "golpe leve" o un simple golpe en la cabeza puede ser grave. No puede ver una conmoción cerebral y la mayoría de las conmociones cerebrales deportivas ocurren sin pérdida de conocimiento. Los signos y síntomas de conmoción cerebral pueden aparecer inmediatamente después de la lesión o pueden tardar horas o días en aparecer por completo. Si su hijo informa cualquier síntoma de conmoción cerebral o si nota los síntomas o signos de conmoción cerebral usted mismo, busque atención médica de inmediato.

Los síntomas pueden incluir uno o más de lo siguiente:

• Dolores de cabeza • “Presión en la cabeza” • Náuseas o vómito • Dolor de cuello • Problemas de equilibrio o mareos • Visión doble o borrosa • Sensibilidad al ruido o a la luz • Sensación de cansancio o lentitud • Se siente aturdido o confundido • Soñoliento • Cambio en los patrones de sueño	• Amnesia • “No se siente bien” • Fatiga o bajo de energía • Tristeza • Nerviosismo o ansiedad • Irritabilidad • Más emocional • Confusión • Problemas de concentración o de memoria (olvida jugadas del partido) • Repite la misma pregunta/comentario

Las señales observadas por compañeros del equipo, los padres y los entrenadores incluyen:

- Parece aturdido
- Expresión facial vacante
- Confundido con lo asignado
- Olvida las jugadas
- No está seguro del juego, del puntaje o del oponente
- Se mueve torpemente o muestra falta de coordinación
- Contesta las preguntas lentamente
- Balbucea para hablar
- Muestra cambios de comportamiento o de personalidad
- No puede recordar eventos antes del golpe
- No puede recordar eventos después del golpe
- Convulsiones
- Cualquier cambio típico en el comportamiento o personalidad
- Pierde la conciencia

¿Qué puede pasar si mi hijo sigue jugando con una conmoción cerebral o regresa pronto?

Cualquier atleta, incluso si se sospecha que tiene signos y síntomas de conmoción cerebral deben ser retirados del juego inmediatamente. Seguir jugando con los signos y síntomas de una conmoción cerebral deja al joven deportista especialmente vulnerable a una lesión mayor. Existe un mayor riesgo de daño significativo de una conmoción cerebral durante un período de tiempo después de que se produce la conmoción cerebral, particularmente si el deportista sufre otra conmoción cerebral antes de recuperarse por completo de la primera. Esto puede conducir a una recuperación prolongada o incluso a una inflamación cerebral grave (síndrome de segundo impacto) con consecuencias devastadoras e incluso fatales. Es bien conocido que un deportista adolescente generalmente no reportará los síntomas de las lesiones. Las conmociones cerebrales no son diferentes. Como resultado, la educación de los administradores, entrenadores, padres y estudiantes es la clave para la seguridad de un estudiante atleta.

Si cree que su hijo ha sufrido una conmoción cerebral

Cualquier atleta, incluso si se sospecha que sufre una conmoción cerebral, debe ser retirado del juego o de la práctica inmediatamente. Ningún atleta puede volver a la actividad después de una lesión aparente en la cabeza o una conmoción cerebral, independientemente de lo leve que parezca o de la rapidez con que desaparezcan los síntomas, sin autorización médica. La observación cercana del atleta debe continuar por varias horas. La "Ley de Zackery Lystedt" en Washington requiere la implementación consistente y uniforme de las normas extensas y bien establecidas de conmoción cerebral para el retorno al juego que se han recomendado durante varios años:

"Un joven atleta que se sospecha que sufre una conmoción cerebral o lesión en la cabeza en una práctica o juego, será removido de la competencia en ese momento"

y

"... no podrá volver a jugar hasta que el atleta sea evaluado por un proveedor de atención médica titulado capacitado en la evaluación y manejo de la conmoción cerebral y haya recibido autorización por escrito de ese proveedor de atención médica para regresar al juego ".

También debe informar al entrenador de su hijo si cree que su hijo puede tener una conmoción cerebral. Recuerde que es mejor perder un juego que perder toda la temporada. Y en caso de duda, el atleta se queda afuera.

PROTOCOLO PARA VOLVER A LA PARTICIPACIÓN

Si su hijo ha sido diagnosticado con una conmoción cerebral, DEBE seguir un protocolo de retorno progresivo a la participación (bajo la supervisión de un proveedor de atención médica aprobado) antes de que se autorice la participación total.

El protocolo de regreso progresivo al juego puede empezar cuando ya no tienen síntomas. Esta progresión comienza con ejercicios aeróbicos ligeros y progresa cada día siempre y cuando los síntomas han sido resueltos.

Estimado padre/tutor,

Las Escuelas Públicas de Highline han implementado ImPACT (Evaluación post conmoción cerebral inmediata y pruebas cognitivas) este un programa innovador para estudiantes-atletas del bachillerato en algunos de nuestros programas inter-escolares. Este programa ayudará a tomar decisiones acertadas sobre el regreso al deporte. ImPACT es un examen computarizado utilizado en muchos programas deportivos profesionales, universitarios y de bachilleratos en todo el país.

El examen computarizado se administra al principio de la temporada de deportes antes de comenzar la práctica deportiva de contacto o la competencia. Una evaluación computarizada de referencia se toma una vez al año escolar y toma de 15 a 20 minutos en completarse. El test rastrea información como la memoria, el tiempo de reacción, la velocidad y la concentración. ImPACT no es una prueba de coeficiente intelectual (IQ).

Si se sospecha que ha ocurrido una conmoción cerebral, el atleta deberá tomar una prueba posterior a la lesión como parte del protocolo para regresar a jugar. Los profesionales médicos utilizan los datos de las pruebas iniciales y posteriores a la lesión para ayudar a guiar las decisiones acertadas con respecto al regreso al deporte. La información recopilada también se puede compartir con su médico de cabecera. Si una lesión de esta naturaleza le ocurre a su hijo, nos comunicaremos con usted de inmediato para brindarle todos los detalles.

Los procedmiento de la prueba ImPACT no son invasivos y no representan ningún riesgo para su estudiante atleta. El personal de administración y entrenadores deportivos de las Escuelas Públicas de Highline se esfuerzan por mantener la salud y la seguridad de su hijo en la vanguardia de la experiencia atletica de los estudiantes. Si tiene más preguntas sobre este programa, por favor comuníquese conmigo a philip.willenbrock@highlineschools.org o al 206-631-3014.

Sinceramente,

Philip J Willenbrock, Ed. D
Director de deportes
Highline Public Schools

Paro cardíaco repentino

Hoja de información para estudiantes-atletas, entrenadores y padres/tutores

SSB 5083 - Ley de Concienciación de SCA

¿Qué es un paro cardíaco repentino? El Paro Cardíaco Repentino (SCA, por sus siglas en inglés) es el inicio repentino de un ritmo cardíaco anormal y mortal, lo que hace que el corazón para de palpitar y que el individuo colapse. SCA es la principal causa de muerte en los Estados Unidos que afecta a más de 300.000 individuos al año.

SCA es también la causa principal de muerte súbita en atletas jóvenes durante los deportes

¿Qué causa un paro cardíaco repentino? La SCA en atletas jóvenes generalmente es causada por un trastorno estructural o eléctrico del corazón. Muchas de estas condiciones son hereditarias (genéticas) y pueden desarrollarse en un adolescente o adulto joven. SCA es más probable durante el ejercicio o la actividad física, poniendo a los estudiantes-atletas con afecciones cardíacas no diagnosticadas en mayor riesgo. SCA también puede ocurrir por un golpe directo en el pecho por un proyectil firme (baseball, softball, lacrosse ball, o puck de hockey) o por contacto con el pecho de otro jugador (llamado "commotio cordis").

Mientras que una afección cardíaca puede no tener signos de advertencia, algunos atletas jóvenes pueden tener síntomas, pero descuidan decirle a un adulto. Si alguno de los siguientes síntomas está presente, se recomienda una evaluación cardíaca por un médico:

- Desmayo durante el ejercicio
- Dolor torácico con ejercicio
- Dificultad excesiva para respirar durante el ejercicio
- Palpitaciones (aceleración del corazón sin razón)
- Convulsiones inexplicables
- Un miembro de la familia con una enfermedad cardíaca de inicio temprano o muerte súbita por una afección cardíaca antes de los 40 años

¿Cómo prevenir y tratar un paro cardíaco repentino? Algunas afecciones cardíacas con riesgo de SCA pueden detectarse mediante una evaluación exhaustiva del corazón. Sin embargo, todas las escuelas y equipos deben estar preparados para responder a una emergencia cardíaca. Los atletas jóvenes que sufren SCA se desmayan y no responden y parecer tener una breve actividad similar a una convulsión o respiración anormal (jadeo). La SCA se puede tratar eficazmente mediante reconocimiento inmediato, RCP y acceso rápidos a un desfibrilador (AED por sus siglas en ingles). Los AED son dispositivos portátiles y seguros que leen y analizan el ritmo cardíaco y proporcionan una descarga eléctrica (si es necesario) para restaurar un ritmo cardíaco normal.

¡Recuerde, para salvar una vida: reconozca SCA, llame al 9-1-1, empiece RCP y use un AED los más pronto posible!

Cardiac 3-Minute Drill

1. RECONOCE
El paro cardiaco repentino
- Colapsado y sin respuesta
- Respiración anormal
- Actividad similar a las convulsiones

2. LLAME AL 9-1-1
- **Pida ayuda y un AED**

3. RPC
- **Comenzar compresiones torácicas**
- **Empuje fuerte/empuje rápido (100 por minuto)**

4. AED
- **Utilice AED tan pronto como sea posible**

5. CONTINUE
- **Continúe RCP Y AED hasta que llegue la ambulancia**

¡Esté preparado! ¡Cada segundo cuenta!

UW Medicine
Center For Sports Cardiology
www.uwsportscardiology.org

WIAA Est. 1905
WASHINGTON INTERSCHOLASTIC ACTIVITIES ASSOCIATION

NICK OF TIME FOUNDATION
SCA Awareness
Youth Heart Screening
CPR/AED in Schools
www.nickoftimefoundation.org