Perris Union High School District
"Growing Together Through Education"

PAQUETE DEPORTIVO

Estimados padres/tutores:

Su hijo(a) ha indicado un interés en el programa deportivo de Perris Union High School District. Antes de que un atleta se someta a una prueba, a una práctica, o participe en los deportes en Perris Union High School District, él/ella debe reunir ciertos requisitos y llenar este paquete, el cual incluye las siguientes formas localizadas en la parte de atrás de este paquete.

1. Impact (Impacto)
2. Athletic Release of Liability (Liberación de la responsabilidad deportiva)
3. Student Athletic Media Release Authorization (Autorización del comunicado de la prensa deportiva estudiantil)
4. Code Of Ethics (Código de ética)
5. CIF Eligibility (Elegibilidad CIF)

Ser un miembro del equipo deportivo de Perris Union High School District es un privilegio y honor. Esperamos que todos los jugadores se conduzcan en una manera en que se enorgullezcan de ellos sus compañeros del juego, sus padres, y los entrenadores. Con su interés y apoyo, nosotros vamos a continuar proporcionándoles el mejor programa deportivo posible.

Si tienen alguna pregunta, favor de llamar a su director deportivo en su escuela:

Heritage High School
(951) 940-5447
David Drake
Director atlético/decano

Paloma Valley High School
(951) 672-6030
Jay Chadwick
Director atlético/decano

Perris High School
(951) 657-2171
Chris Brickley
Director atlético/decano

California Military Institute
755 North A. Street
Perris, CA 92570
(951) 443-2731

Para el estudiante

Expectativas para la participación deportiva

Código de atletismo:

El libro azul de las normas y los reglamentos del CIF, junto con el código de atletismo del distrito gobernarán la participación en los deportes. Los atletas serán responsables directamente ante el entrenador de ese deporte y sus asistentes. Se supone que la participación del atleta en un deporte es un privilegio, y debido a esto, él o ella desea hacer lo que sea necesario para que el equipo tenga éxito. Los padres y los atletas seguirán las reglas del equipo establecidas por el entrenador y este código deportivo. Los padres y los estudiantes están de acuerdo en leer y cumplir las pautas que se presentan en el folleto de las pautas de la comunicación ("Communication Guidelines") que está incluido en el paquete deportivo. A continuación se encuentran las responsabilidades generales del atleta.

Elegibilidad escolar y calificaciones:

El estudiante atleta debe cumplir con la política de la Mesa Directiva de Perris Union High School District y los estándares académicos de la Federación Interescolar de California *(C.I.F.–S.S.).* CIF-SS que requiere que un estudiante esté inscrito en, y que pase por lo menos (4) cuatro clases (si está inscrito en una clase de educación física dos veces en un semestre, solamente una cuenta hacia los 20 créditos). Adicionalmente, la política de la Mesa Directiva 6145 (a) requiere que los estudiantes pasen un mínimo de 20 créditos, sin incluir las clases aprobadas/reprobadas (por ejemplo, puestos de asistentes del maestro(a). Finalmente, los alumnos deben estar trabajando hacia el mínimo de los requisitos para graduarse para ser elegibles. La elegibilidad se basa del último período de las calificaciones del estudiante. Si un estudiante no reúne estos requisitos, él/ella se convierte inelegible y no puede participar en ningún juego. Él/ella puede recuperar su elegibilidad deportiva al final del prómixo período de calificaciones cuando cumpla exitosamente los requisitos anteriormente mencionados.

Un período de elegibilidad será igual a un período de inelegibilidad. Los atletas se convierten elegibles e inelegibles el lunes después que se ha proporcionado un informe sobre las puntuaciones en cada período de seis semanas. Los atletas inelegibles pueden (a la discreción del entrenador) practicar con un equipo, pero no podrán ponerse su uniforme para un juego, ni participar en ningún concurso, o viajar con un equipo cuando al hacerlo se les excusa de participar en la clase.

Conducta y comportamiento:

Como atletas en la preparatoria, tú te representas a tí mismo, a los padres, la escuela y la comunidad y se espera que te conduzcas correctamente en todo momento. Debido a esto, no se perdona la mala conducta de un atleta. El código del atleta está en efecto de la primera práctica sancionada del CIF (agosto), hasta la última contienda del año. Los atletas son responsables de obedecer si ellos juegan durante una o todas las temporadas del deporte, durante el otoño, invierno, y/o la primavera.

Conducta del juego:

Si expulsan a un atleta del juego, el entrenador va a disciplinar al atleta, conforme a los reglamentos de la escuela, del CIF, y del equipo. Se iniciará un informe por escrito con la administración escolar después del juego. Por mandato del CIF no se le permitirá al atleta jugar, o estar presente en el siguiente concurso programado. La administración escolar reserva el derecho a disciplinar más al atleta.

Lenguaje:

Cualquier persona asociada con la preparatoria usará un lenguaje socialmente aceptable. No se tolerarán las groserías, ni un lenguaje vulgar en ningún momento, dentro, o fuera de la cancha de juego.

Respeto:

El atleta debe demostar respeto hacia los entrenadores, los maestros, oficiales, el público, las instalaciones escolares y el equipo.

Entrenamiento:

Generalmente se acepta que el buen entrenamiento incluye un descanso adecuado, dieta, hábitos de la salud, y auto disciplina.

Alcohol y drogas:

El abuso del alcohol y las drogas se tratará con la administración del plantel escolar, e incluirá la terminación en la participación deportiva.

Tabaco, incluyendo "chew" (masticar tabaco):

Los atletas que optan por usar el tabaco y "masticarlo", se tratará con la administración del plantel escolar e incluirá la terminación en la participación deportiva.

Actos criminales:

Los atletas que conspiran en participar en actos definidos como criminales por estatuto están sujetos a la disciplina bajo este código.

Violaciones de la política de la disciplina escolar:

Se espera que los atletas exhiban una conducta ejemplar en la clase y en el plantel escolar para que todos los estudiantes la sigan. Por lo tanto, las violaciones graves de la disciplina escolar – por ejemplo, pelear, se puede considerar una violación y pone a un estudiante en situación de riesgo de disciplina que podría incluir la expulsión de la participación en los deportes.

Transporte:

Todos los atletas tienen que seguir las reglas escolares y del transporte establecidas por el distrito y la compañía de transporte que se utiliza. Perris Union High School District proporciona el transporte de ida y vuelta de todos los concursos deportivos para todos los equipos. Si un alumno atleta desea hacer arreglos especiales, en base ocasional, de irse con sus padres/tutores, él/ella tendrá que hacer arreglos antes del evento y deberá de incluir la documentación correcta.

Equipo:

Los atletas son financieramente responsables de cualquier equipo de propiedad escolar que se utiliza, o se le renta al atleta. Los atletas deben demostrar un cuidado razonable de tal equipo, y cualquier mal trato o abuso de tal, será la responsabilidad financiera del atleta.

Apariencia:

Como miembro de nuestro equipo, queremos estar orgullosos de tu apariencia. Los atletas deben vestirse limpios y bien arreglados. El entrenador deberá determinar el vestuario el día de la contienda.

Dedicación:

Un atleta debe estar dispuesto a dedicarse al deporte de su elección. El atleta debe estar consciente que no se logra nada que valga la pena sin el afán y un sincero deseo de triunfar. El atleta también debe entender que él/ella debe trabajar fuera de la temporada, así como durante la temporada. Él o ella debe estar dispuesto(a) a sacrificar sus propios deseos personales para el bien del equipo.

Renunciar a un deporte:

Hay una gran diferencia entre "renunciar" y "dar de baja" y "recortar" de un deporte. Si tú como atleta renuncias a un deporte, pierdes el derecho a la adjudicación y a la elegibilidad para continuar ese deporte más adelante. No te permitirán competir en ningún otro deporte en la misma temporada. Dejar un deporte es salirse voluntariamente de ese deporte. Se requiere una comunicación adecuada y la devolución del equipo al entrenador.

Cartas y premios:

Las cartas y los premios se otorgan de acuerdo al criterio del equipo. Todos los entrenadores reservan el derecho a las cartas de adjudicación. Sin embargo, todos los atletas deben terminar la temporada en buen estado, tanto en lo académico, como en el comportamiento, para obtener una carta de un equipo universitario. De nuevo, el entrenador principal del equipo es el que decide el proceso de adjudicación y quién recibe la adjudicación. Todos los participantes atléticos que están reconocidos por el entrenador recibirán un certificado de reconocimiento atlético del departamento deportivo. Cualquier otra adjudicación que se otorga de la escuela/equipo no se podrá dar a menos de que el atleta/beneficiario tenga una tarjeta válida del ASB (Asociación del cuerpo estudiantil). Los estudiantes con una tarjeta ASB son autorizados a través de la oficina de atletismo para recibir las adjudicaciones y/o las cartas.

Elegibilidad de la residencia:

Cualquier estudiante que está planeando cambiarse, recientemente se cambió, o cuyos padres o tutores se han cambiado, deben darle aviso a la oficina del director deportivo para la información CIF en su condición de la elegibilidad.

Participación de temporada:

Un atleta solo puede participar en un deporte por temporada, salvo la autorización concedida por el director deportivo. Los atletas no pueden cambiar de un deporte a otro durante la temporada, a menos que tengan la autorización de ambos entrenadores y del director deportivo. Cuando un atleta renuncia, o lo dan de baja por motivos disciplinarios, él/ella no puede meterse en otro deporte hasta el final de esa temporada (excluyendo los partidos de desempate). (Esto incluye educación física deportiva).

Código Atlético/Actividad de Perris Union High School District

Para poder hacer hincapié en el logro académico, lo siguiente constituyen los requisitos mínimos para la participación de los estudiantes en los deportes y/o en las actividades estudiantiles :

- Un promedio de calificaciones (en puntos) de una "C" en todas las clases
- Los atletas deben asistir un mínimo de 4 períodos de clases en la escuela el día de un concurso para poder participar.
- No se aceptan las ausencias injustificadas de la escuela por cualquier porción del día escolar y resultará en una mayor disciplina (por ejemplo, suspensión de un juego o juegos).
- Él/ella no puede recibir más de una "U" en ciudadanía en un período de calificaciones y debe pasar 4 clases en donde una sola puede ser educación física y asistente del maestro(a). La educación física solo se puede considerar como una clase para propósitos de la

elegibilidad. DEBES ESTAR INSCRITO(A) EN, Y PASAR POR LO MENOS 4 CLASES EN QUE RECIBAS UNA CALIFICACIÓN CON LA LETRA "A".

- Se checará la elegibilidad aproximadamente cada 6 semanas hasta el próximo período en que se checan las calificaciones.
- Todos los estudiantes de transferencia fuera del distrito deben también reunir los requisitos de la elegibilidad, así como los requisitos del CIF para poder participar.
- Cualquier estudiante expulsado será inelegible durante un semestre cuando regrese al programa regular de la escuela preparatoria.
- Los atletas DEBEN estar al corriente para graduarse con la puntuación necesaria.

Este código toma efecto en agosto y termina con la última actividad atlética en junio. Este código está en efecto durante el período del verano mientras que el evento sea afiliado con la escuela. La inelegibilidad que se crea por la suspensión de las actividades atléticas y que no se termina al final del semestre de la primavera se aplazará para terminarse en el semestre del otoño.

NCAA Clearinghouse: (Asociación atlética colegial nacional)

Cualquier atleta que desea asistir a la universidad está bien asesorado para obtener la certificación a través del NCAA Clearinghouse. Tú debes comenzar pronto el proceso de la certificación – generalmente a principios de tu onceavo grado. Es tu responsabilidad ponerte en contacto con tu asesor(a) y comenzar el proceso.

Elegibilidad del CIF:

Un estudiante atleta:

1. Debe ser menor de 19 años a partir del 1 de septiembre, del nuevo año académico
2. Debe haber llegado al noveno grado
3. Debe participar en no más de cuatro temporadas en el mismo deporte después de inscribirse en el noveno grado
4. Debe ser elegible académicamente
5. Debe presentar una solicitud para la elegibilidad de residente si ha transferido de otra escuela sin un cambio auténtico de residencia por parte de los padres/tutores
6. Desde entrar al noveno grado, no debe estar en su noveno semestre de asistencia
7. Debe reunir los requisitos de la ciudadanía
8. Debe mantener una condición de aficionado
9. No debe haber participado en ninguna prueba de aptitud para un equipo profesional
10. Debe mantener en su expediente escolar una tarjeta del examen físico anual certificando que está en buena condición física para las pruebas de aptitud y/o participar en los deportes. El examen físico debe ser en un formulario aprobado por la Mesa de Educación de Perris Union High School District
11. No puede competir en un equipo exterior durante su temporada de la escuela preparatoria en la misma temporada deportiva
12. No puede participar en equipo de fútbol americano (Varsity) hasta que cumpla 15 años, a menos de ser certificado por un médico y se le haya concedido la aprobación por escrito por el comisionado de CIF
13. Puede participar en una competencia "all-star" (de todas las estrellas), con la excepción de fútbol, entre la conclusión de la temporada de la sección sur (Southern Section) del deporte y el 1 de septiembre
14. Las preguntas deben dirigirse a su entrenador de la escuela y/o al director deportivo
15. Debe terminar el "Athlete's Code of Ethics (Código de ética del atleta).

CIF – Código de Ética:

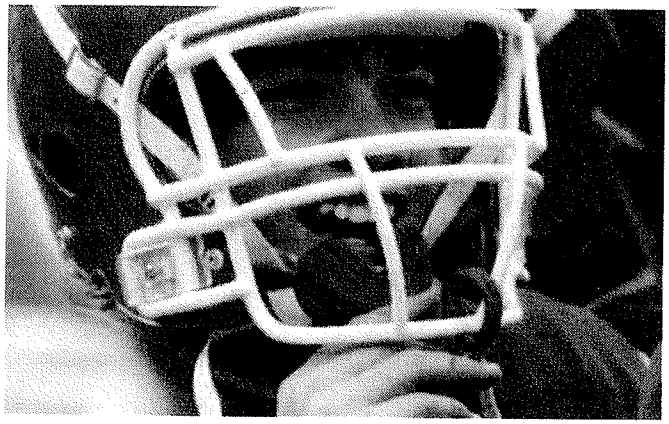
Como atleta, yo entiendo que es mi responsabiliad:

1. Poner los logros académicos como la más alta prioridad
2. Demostrar respeto hacia los compañeros de equipo, los contrincantes, los oficiales y los entrenadores
3. Respetar la integridad y el juicio de los oficiales del juego
4. Exhibir un juego limpio, deportividad y una conducta apropiada, dentro y fuera de la cancha de juego
5. Mantener un alto nivel de conciencia de la seguridad
6. Abstenerme de decir groserías, vulgaridades, y otro lenguaje y gestos ofensivos
7. Cumplir con las reglas y a los estándares del juego establecidos para el juego
8. Respetar todo el equipo y usarlo en una manera segura y apropiada
9. Abstenerme del uso del alcohol, tabaco, drogas ilegales y sin recetas, esteroides anabólicos, o cualquier otra sustancia para aumentar el desarrollo físico, o el rendimiento que no está aprobado por la Administración de los Alimentos y las Drogas de los Estados Unidos o por el Cirujano General de los Estados Unidos, o por la Asociación Médica Americana.
10. Saber y seguir todas las reglas y reglamentos del estado, la sección y los deportes escolares referentes a la elegibilidad y a la participación en los deportes.
11. GANAR CON CARÁCTER, PERDER CON DIGNIDAD.

Servicios de seguros médicos de Wells Fargo

Manejo de la conmoción cerebral

Hoja informativa para los padres referente al cuidado de las conmociones cerebrales llamado "Play It Safe" (Jugar con seguridad).



Un enfoque innovador para el cuidado de las conmociones cerebrales

La escuela de su estudiante actualmente está implementando un programa innovador para sus estudiantes atletas. El programa llamado, "Play It Safe Concussion Care℠" asistirá al equipo de médicos/entrenadores deportivos en la evaluación y el tratamiento de las conmociones cerebrales. Los servicios de seguros médicos de Wells Fargo y el manejo de las conmociones cerebrales llamado "ImPACT™" han formado un equipo para proporcionarle a la escuela de su hijo(a) esta solución para el manejo de las lesiones de las conmociones cerebrales. Este programa combina el conocimiento y la educación, pruebas neurocognitivas, acceso a los profesionales médicos que son asesores ImPACT titulados y que están capacitados en la evaluación y el manejo de las conmociones cerebrales, y en la cobertura de seguro en exceso para proteger el bienestar financiero de su familia.

Al comprar este programa, su escuela está proporcionando a su estudiante atleta una solución efectiva para el manejo de las conmociones cerebrales para asistir en asegurar el regreso del estudiante al salón de clases y a jugar en la cancha en una manera segura.

Cómo funciona el programa

En reconocimiento a la importancia de la salud y la seguridad de todos los estudiantes atletas, su escuela ha comprado el programa Play It Safe Concussion Care℠

Antes del comienzo de la temporada, todos los atletas de 10 años o mayores participarán en las pruebas neurocognitivas llamadas "ImPACT" para establecer una base de referencia para el futuro, si ellos llegaran a tener una conmoción cerebral en algún momento durante la temporada. ImPACT es un instrumento de software sofisticado para ayudar a los profesionales de la medicina a evaluar una lesión en la cabeza. Es una prueba de 20 minutos que se administra antes de la temporada para un resultado de línea de partida. El programa evalúa múltiples aspectos del funcionamiento del cerebro, incluyendo la memoria, la velocidad del procesamiento, el tiempo para reaccionar y los síntomas después de la conmoción cerebral. Sin embargo, no es una prueba del cociente de inteligencia.

Cuando un atleta parece haber sufrido una conmoción cerebral, se le saca del juego a él o a ella para evaluarlo. Si es necesario, se manda al atleta para una evaluación clínica y atención especializada por parte de un profesional de la medicina que es un asesor ImPACT titulado y capacitado en la evaluación y el manejo de la conmoción cerebral.

El atleta después se somete a una prueba y evaluación ImPACT después de la lesión, y los resultados se comparan a la prueba de base antes de la temporada que se le hizo al atleta. Esto asistirá al profesional de la medicina en determinar el alcance y la magnitud de la conmoción cerebral y les permitirá determinar cuándo es apropiado que regrese a jugar el atleta lesionado. La información reunida también puede compartirse con su doctor familiar.

El profesional de medicina le proporciona al atleta un plan individual de seguimiento que podrá incluir descanso, esfuerzo gradual, y la reevaluación.

Los gastos cubiertos se determinarán sobre una base en exceso por encima de cualquier otra cobertura válida y de colección para los que el asegurado puede ser elegible. En ausencia de cualquier otra cobertura, esta cobertura proporcionará beneficios principales de cobertura sujetos a los límites y las exclusiones de la cobertura.

Estamos emocionados de implementar este programa con su escuela para proporcionarles la mejor información disponible para manejar las conmociones cerebrales y los gastos médicos asociados. La admnistración, el entrenamiento y el personal de entrenamiento atlético están esforzándose en mantener la salud y la seguridad de su hijo(a) en primer plano de la experiencia deportiva del estudiante.

Favor de ponerse en contacto con su escuela para mayor información sobre el programa.

Señales y síntomas*

Los atletas que experimentan uno o más de las señales y los síntomas que se nombran a continuación después de un choque o un golpe a la cabeza podrán tener una conmoción cerebral.

Los síntomas que los atletas han informado:

- Dolor de cabeza, o "presión" en la cabeza
- Náusea o vómito
- Problemas de equilibrio o mareo
- Visión doble o borrosa
- Sensibilidad a la luz o al ruido
- Sentirse lento, confuso, abrumado, o mareado
- Concentración o problemas de la memoria
- Confusión
- Simplemente no "sentirse bien"

* De acuerdo a los Centros para el control de las enfermedades

Cómo podemos ayudar?

Llámenos hoy o visítenos en el sitio web
wfis.wellsfargo.com/concussioncare
888-857-9504 | Fax: 916-231-3398

Wells Fargo Insurance Services
11017 Cobblerock Drive, Suite 100
Rancho Cordova, CA 95670

ImPACT
impacttest.com

Los productos de seguros se ofrecen a través de los afiliados de las agencias de seguros no bancarios de Wells Fargo & Compañía y están respaldados por las compañías de seguros no afiliadas, con la excepción del seguro de los cultivos y las inundaciones. El seguro de los cultivos y las inundaciones pueden ser respaldados por Wells Fargo Insurance Services' affiliate, Rural Community Insurance Company.

© 2011 Wells Fargo Insurance Services. All rights reserved. 00000xx_(code)

Cobertura de seguro en exceso

Este plan es en exceso a cualquier otro seguro médico o dental que la persona pueda tener. Ningún beneficio se paga por cualquier gasto cubierto incurrido, que se paga o es pagadero por cualquier otro seguro válido y cobrable. Los gastos que se cubren no incluyen ninguna cantidad no cubierta por el portador primario debido a las penalidades por falta del cumplimiento con las disposiciones o los requisitos de la póliza. La póliza del seguro médico de una conmoción cerebral accidental incluye:

- Designación y certificación del proveedor
- Capacitación de los clientes y software
- Pruebas neurocognitivas de base antes de la temporada (únicamente de 10 años y mayores).
- Máximo médico (por lesión): $25,000
- AD&D Máximo (por lesión): $1,000
- AD&D Límite global: $5,000
- Coseguro: 100% de asignación por el programa de beneficios
- Período de beneficios: 52 semanas
- Deducible: $0
- Pruebas neurocognitivas después de la lesión
- Intervención de la salud y del comportamiento
- Visitas al consultorio médico/consultas
- Resonancia magnética, cerebro y espina canal
- Ultrasonido
- Electroencefalograma (EEG)
- Electromiografía de aguja
- Estudios de conducción nerviosa

No cubre los servicios de emergencia, ni los servicios de ambulancia, o los procedimientos quirúrgicos. Esta cobertura está diseñada a cubrir el diagnóstico y el manejo de la conmoción cerebral. Esta es una breve descripción de la póliza del seguro. Favor de hacer referencia a la póliza para más detalles.

Gatorade Sports Science Institute

CONSEJOS PARA PREVENIR LAS ENFERMEDADES POR EL CALOR

El tema de las enfermedades por el calor ha llamado mucho la atención después de las experiencias trágicas de los atletas en los climas cálidos. Las enfermedades por el calor pueden sucederle a cualquiera en un ambiente cálido y es una cuestión que especialmente los atletas necesitan saber – **y saber cómo impedirlo.**

Los atletas aumentan su riesgo de las enfermedades por el calor a medida que se deshidratan. De acuerdo a la Asociación Nacional de Entrenadores Atléticos (National Athletic Trainers' Association), no es raro alcanzar niveles de deshidratación suficientes para colocar a los atletas en riesgo a desarrollar enfermedades por el calor por el esfuezo en tan poco tiempo como una hora de ejercicio. Los atletas pueden alcanzar este nivel aún más rápido si ellos comienzan deshidratados en el entrenamiento, la práctica, o la competencia. Muchos de los factores de riesgo de las enfermedades por el calor pueden eliminarse para ayudar a evitar los daños del calor al atleta.

10 Consejos para "combatir el calor"

Reconocer las primeras señales de advertencia. Estos pueden incluir: Orina amarilla oscura, falta de energía, mareos, falta de coordinación, calambres, dolores de cabeza, o fatiga inusual. Si se deja sin tratamiento, pueden ocurrir síntomas externos.

Permitir la aclimatación. La aclimatación es la adaptación del cuerpo a un ambiente caliente. Lentamente aumenta la intensidad y la duración en las primeras semanas de entrenamiento.

Bébelo. Una vez aclimatado, la ingestión de líquidos necesita ser mayor debido a que las pérdidas de sudor serán mayores.

Tener líquidos al alcance de la mano. Los líquidos deben ser fácilmente accesibles durante el ejercicio, las prácticas y los juegos.

No te bases de la sed. Bebe durante el ejercicio para disminuir la pérdida de peso corporal, pero no bebas demasiado.

Preferir las bebidas deportivas en vez de agua. Las investigaciones demuestran que los carbohidratos en las bebidas deportivas estimulan el músuculo[2,3,4,5] y el sodio fomenta beber voluntariamente y promueve la hidratación.[1,6,7]

Bébelo, no lo derrames. Derramar líquido sobre tu cabeza podrá sentirse estupendo pero no ayuda a restablecer los líquidos, ni a bajar la temperatura del cuerpo.

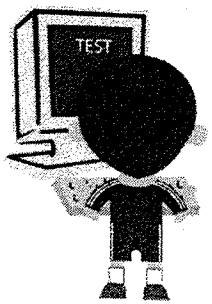
Haz ejercicio en la mañana o en la tarde. Esto es cuando el clima está más fresco. Además, evita el sol directo para disminuir el calor radiante del sol y de las superficies calientes del juego.

Vístete de acuerdo al clima. Mantenerse fresco en el clima caliente significa vestirse con menos ropa y frecuentemente quitarse prendas como cascos durante los descansos.

Toma descansos. Aumenta la frecuencia y la duración de los descansos para ayudarte a permanecer hidratado y fresco.

Si te sientes así	Haz esto
Deshidratación *Falta de energía y rendimiento* *Calambres musculares*	Tomar bebidas deportivas en pequeñas cantidades de carbohidratos acelera la absorción, evita la fatiga y proporciona energía. Evita las bebidas que contengan cafeína o carbonatación. Para la actividad, estírate suavemente y dáte un masaje en los músculos acalambrados. El consumo de bebidas deportivas que contengan sodio (por lo menos 110 mg./8 oz.) podría disminuir el riesgo de los calambres musculares.
Agotamiento por el calor *Vértigos, mareos, escalofríos, o la pérdida de la coordinación* *Náusea/dolores de cabeza*	Repon los líquidos. La rehidratación es crítica. Descansa en un área fresca y sombreada hasta que pasen todos los síntomas. Si continúan los mareos, recuéstate con las piernas elevadas para promover la circulación a la cabeza, luego busca atención médica. Descansa en un lugar fresco hasta que se te pasen las náuseas. La rehidratación es crítica; bebe lentamente mientras se te pasan las náuseas. Acostarse a menudo ayuda a aliviar los dolores de cabeza. No regreses a practicar si continúan los síntomas.
Ataque de calor *Temperatura alta del cuerpo* *Confusión o inconsciencia*	Inmediatamente enfriar al atleta por inmersión en una tina de agua helada y buscar asistencia médica inmediatamente. La confusión o la inconsciencia pueden ser indicadores de un ataque de calor. **La confusión o la inconsciencia pueden ser indicadores de un ataque de calor. Un ataque de calor es una emergencia médica que necesita asistencia médica inmediata.**

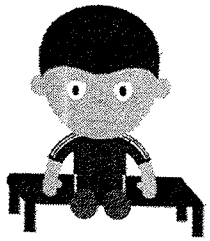
Los síntomas anteriormente mencionados de la deshidratación, el agotamiento por el calor, o el ataque de calor no son aditivos, lo cual significa que un atleta puede experimentar un ataque de calor en la ausencia de otros indicadores. **Estos son algunos síntomas, algunos atletas pueden experimentar otros. Busquen inmediatamente la asistencia médica ante los primeros síntomas serios o raros.**



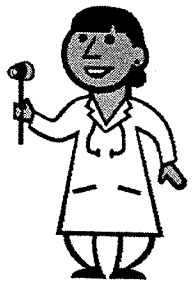
Pre-temporada ImPACT
Prueba de punto
de partida



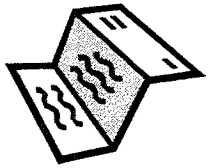
Se produce la
lesión



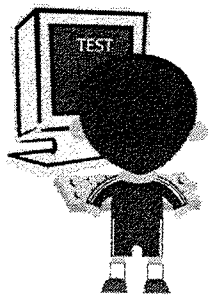
Se evalúa al atleta
y lo sacan del
juego



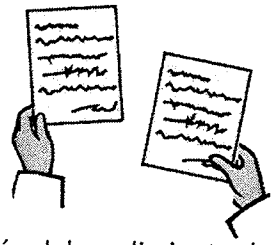
Refieren al atleta a un proveedor
capacitado para evaluar y manejar
la conmoción
cerebral



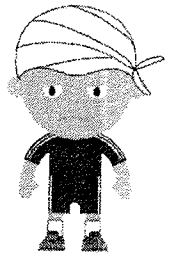
El formulario de la reclamación lo llena la escuela y los
padres y se lo llevan a un proveedor capacitado en la
evaluación y el manejo de la conmoción cerebral



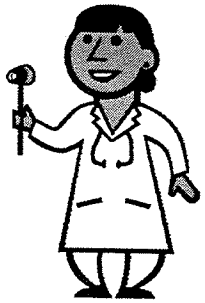
Prueba ImPACT después de la
lesión realizada en el
consultorio del proveedor



Comparación del rendimiento después de
la conmoción y los síntomas a los niveles
de la prueba del punto de partida



Reevaluación,
descanso,esfuerzo
gradual



Seguimientos
cuando se
necesiten



Puede regresar a
jugar

Programa de PUHSD para manejar las conmociones cerebrales

ATENCIÓN:

TODAS LAS FORMAS DESPUÉS DE ESTA PÁGINA DEBEN DE FIRMARSE Y DEVOLVERSE AL DIRECTOR DEPORTIVO ANTES DE QUE SU HIJO(A) PARTICIPE EN CUALQUIER PROGRAMA DEPORTIVO

Perris Union High School District

"Growing Together Through Education"

155 East 4th Street, Perris, CA 92570 (951) 943-6369 Fax: (951) 943-9852

Expediente académico del estudiante y autorización del
Comunicado de la prensa
Departamento de atletismo

La firma del padre/tutor legal indica el consentimiento y la autorización total para proporcionar cualquier información respecto al estudiante anteriormente mencionado. Esta información se le proporcionará a la universidad y/o a los entrenadores de las universidades que demuestren interés en el estudiante anteriormente mencionado, así como en las publicaciones del "Booster Club" (Clud de estímulo), en los sitios web y en las listas de los equipos.

Favor de llenar este formulario y devolverlo a la escuela en donde se mantendrá en el expediente para referencia en el futuro:

Nombre de la escuela:	
Director atlético/Decano:	
Información del estudiante	
Nombre:	Apellido:
Fecha de nacimiento:	Grado:

La información puede incluir, pero no se limita a:

- Estadísticas deportivas (Deporte específico, levantamiento de pesas)
- Calificaciones, récord académico actualizado
- Estatura, peso, y clasificación del grado
- Nombre y/o fotografía(s) en el periódico o periódicos escolares
- Nombre y/o fotografía(s) en la página o páginas del sitio web escolar
- Fotografías para los registros y las publicaciones
- Lista del teléfono y dirección par usarse para ayuda del "Booster Club"
- Puntuaciones en los exámenes estandarizados de inteligencia
- Puntuaciones del rendimiento estandarizado (ACT, SAT)

Esta publicación está en conformidad con las disposiciones del "Family Educational Rights and Privacy Act of 1974" (FERPA) (Ley de privacidad y derechos educativos de la familia). *Favor de ver el reverso para mayor información respecto a FERPA.*

_____ _____ _____

(Favor de imprimir) Padre/tutor legal *Firma* *Fecha*

Perris Union High School District 155 E. 4th Street Perris, CA 92570	**Liberación de la responsabilidad civil deportiva** Plantel escolar: _____ Año escolar 20___ to 20 ____

Favor de llenar y devolverlo a la oficina de atletismo en tu escuela.

Primera parte

Yo he leído y estoy de acuerdo con la información que contiene el documento llamado, "Athletic Participation Expectations" (Expectativas de la participación deportiva).

_____	_____	_____
Nombre del estudiante (Imprimir)	Firma del estudiante	Fecha

Segunda parte. Liberación de la responsabilidad civil del programa de verano

Tradicionalmente, los programas deportivos voluntarios de verano se llevan a cabo en todo el distrito escolar. Estén conscientes que estos programas son estrictamente voluntarios por parte de los entrenadores y de los estudiantes que participan. Perris Union High School District no asume ninguna responsabilidad civil por la participación de su hijo(a) en estos programas, ya sea para las prácticas o en las competencias. Esto incluye el transporte de ida y vuelta a cualquier evento relacionado y/o cualquier cuota incurrida. Los días más allá de la sesión del año escolar regular determinan el plazo de un programa de verano. Cualquier actividad deportiva fuera de la sesión del año escolar regular se considera voluntaria y Perris Union High School District no es responsable de ninguna actividad durante este período.

Tercera parte.

Yo/nosotros hemos sido informados y entendemos el riesgo y la responsabilidad civil de los deportes de la escuela preparatoria y la amenaza de las posibles lesiones y/o incluso la muerte, en el evento de un incidente deportivo de la escuela prepartoria. Inlcuido en esta liberación de la responsabilidad civil se encuentra la posible amenaza y/o lesiones adicionales en el deporte exclusivo de fútbol. Al firmar este formulario, ustedes reconocen el hecho de que ustedes (los padres/tutores legales del atleta) están conscientes de todas las lesiones posibles al jugar fútbol en la escuela preparatoria y/o en cualquier otro deporte de la escuela preparatoria. Además, el atleta debe tener seguro médico (incluyendo cobertura para el fútbol), a expensas de la familia, para que él pueda participar en cualquier programa deportivo.

Este formulario debe llenarse y firmarse por el estudiante y sus padres/tutores, antes de cualquier participación en los programas deportivos de Perris Union High School District, ya sea voluntariamente en el verano, o durante el año escolar regular. Además, para su propia protección y seguridad, cada estudiante debe tener una acreditación física actual en el expediente, lo clual incluye un examen físico completo/formulario de emergencia completo.

Como dice el *Código de Educación de California, Sección 35330*, yo entiendo no hacer responsable a Perris Union High School District, ni a sus oficiales, agentes, y empleados de cualquier y toda obligación, o reclamos que puedan surgir de, o en relación con la participación de mi hijo(a) en el programa deportivo voluntario durante el verano.

_____	_____	_____
Nombre del estudiante (Imprimir)	Firma del estudiante	Fecha
_____	_____	_____
Padre/Tutor (Imprimir)	Firma del padre o tutor	Fecha

Seguro médico:

Es obligatorio que cada atleta esté cubierto por un seguro médico. Ni el distrito, o la escuela preparatoria pagan por ningún cuidado médico de las lesiones de los atletas, ni proporcionan cobertura de seguro. Si ustedes tienen seguro médico, favor de checar con su proveedor y asegurarse que ellos cubran las lesiones relacionadas con el fútbol. En el evento en que ustedes no tengan cobertura para el fútbol por medio de su compañía, o si no tienen ningún seguro médico, ustedes pueden alistarse en un programa de seguro médico que Myers-Stevens & Toohey & Co., le proporciona a la escuela. Ustedes pueden obtener esta información en la forma de un folleto de la oficina deportiva.

Transporte:

Todos los atletas tienen que seguir las reglas escolares y del transporte establecidas por el distrito y por la compañía de transporte que se utiliza. Perris Union High School District proporciona el transporte de ida y vuelta a los competencias atléticas para todos los equipos. Si un estudiante atleta desea hacer arreglos especiales, en base ocasional, para irse con sus padres/tutores, deben hacerse arreglos antes del evento y debe incluir la documentación adecuada.

HOJA DE DATOS REFERENTE A LA CONMOCIÓN CEREBRAL

PARA LOS PADRES/TUTORES/ESTUDIANTES ATLETAS

QUÉ ES UNA CONMOCIÓN CEREBRAL?

Una conmoción cerebral es una lesión cerebral que:

- Es por causa de un golpe en la cabeza o el cuerpo
  - del contacto con otro jugador, al pegar una superficie dura tal como la tierra, hielo, o el piso, o ser golpeado por una pieza de equipo tal como un bate, palo de lacrosse, o bola de hockey sobre césped .
- Puede cambiar la manera en que tu cerebro trabaja normalmente.
- Puede variar de leve a grave.
- Se presenta de forma diferente para cada atleta.
- Puede ocurrir durante la práctica, o competencia en CUALQUIER deporte.
- **Puede suceder aunque no pierdas el conocimiento.**

Estatuto 313 del CIF, Jugar más seguro y AB 25

Un estudiante atleta que se sospecha de sufrir una lesión en la cabeza, o conmoción cerebral en una práctica, o juego saldrá de la competencia en ese momento, por el resto del día. Un estudiante atleta que han sacado del juego no podrá jugar hasta que el atleta sea evaluado por parte de un proveedor de cuidado de la salud titutlado y capacitado en la evaluación y el manejo de la conmoción cerebral y reciba la autorización por escrito de regresar a jugar por parte de ese proveedor de cuidado de la salud.

CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE UNA CONMOCIÓN CEREBRAL?

No puedes ver la conmoción cerebral, pero quizás notes inmediatamente algunos de los síntomas. Otros síntomas pueden manifestarse horas o días después de la lesión. Los síntomas de la conmoción cerebral pueden incluir :

- Amnesia
- Confusión
- Dolor de cabeza
- Pérdida de conciencia
- Problemas de equilibrio o mareos
- Visión doble, o borrosa
- Sensibilidad a la luz o al ruido
- Nausea (sentir que puedes vomitar)
- No te sientes bien
- Sentirse lento, confuso, o mareado
- Sentirse extraordinariamente irritado(a)
- Problemas para concentrarse o de memoria (olvidar los juegos del juego, hechos, horas de las juntas)
- Tiempo lento para reaccionar

Los ejercicios o las actividades que involucran mucha concentración, tal como estudiar, trabajar en la computadora, o jugar juegos de video pueden causar síntomas de conmoción cerebral (tal como dolor de cabeza, o cansancio) que reaparecen o empeoran.

QUÉ PASA SI MI HIJO(A) SIGUE JUGANDO CON UNA CONMOCIÓN CEREBRAL, O REGRESA MUY PRONTO?

Los atletas con los signos y síntomas de una conmoción cerebral deben de retirarse del juego inmediatamente. Continuar jugando con los signos y síntomas de una conmoción cerebral dejan al joven atleta especialmente vulnerable a una mayor lesión. Hay un gran riesgo de daños significativos de una conmoción por un período de tiempo después que ocurre la conmoción, particularmente si el atleta sufre otra conmoción cerebral antes de recuperarse completamente de la primera. Esto puede conducir a una larga recuperación, o aún una inflamación severa del cerebro (síndrome de segundo impacto) con consecuencias devastadoras, e incluso mortales. Es bien sabido que un adolescente, o un atleta adolescente a menudo no comunica los síntomas de las lesiones. Y las conmociones cerebrales no son diferentes. Como resultado, educar a los administradores, a los entrenadores, a los padres y a los estudiantes es clave para la seguridad del estudiante atleta.

QUÉ DEBEN HACER SI PIENSAN QUE SU HIJO(A) HA SUFRIDO UNA CONMOCIÓN CEREBRAL

Cualquier atleta que se sospecha de sufrir una conmoción cerebral debe retirarse inmediatamente del juego o de la práctica. Ningún atleta podrá regresar a la actividad después de una lesión aparente en la cabeza, o una conmoción cerebral, independientemente de que sea muy leve, o qué tan rápido se aclaren los síntomas, sin la autorización de un médico por escrito. La observación del atleta debe continuar por varias horas. El nuevo estatuto 313 del CIF ahora requiere la implementación constante e uniforme de las pautas largas y bien establecidas sobre la conmoción cerebral para regresar a jugar que ayudan a asegurar y proteger la salud de los estudiantes atletas.

ES MEJOR FALTAR A UN JUEGO QUE A TODA LA TEMPORADA
CUANDO TENGAS DUDAS, QUE TE REVISEN.

Para mayor información y recursos, visita el sitio web www.cifstate.org/health_safety/ & www.cdc.gov/concussion

Adaptado del CDC y de la tercera Conferencia Internacional referente a las conmociones cerebrales en los deportes

Perris Union High School District

Protocolo para el manejo de la conmoción cerebral- Cuidado de la conmoción cerebral para jugar con seguridad™

Las conmociones cerebrales y otras lesiones del cerebro pueden ser graves y potencialmente mortales en los deportes. Las investigaciones indican que estas lesiones también pueden tener graves consecuencias más adelante, si no se manejan correctamente. Una ***conmoción cerebral*** ocurre cuando hay un ultraje directo o indirecto al cerebro. Como resultado, puede ocurrir una alteración transitoria de las funciones mentales tal como la memoria, balance/equilibrio, y la visión. Es importante reconocer que muchas de las conmociones cerebrales relacionadas con los deportes *no tienen* como resultado la pérdida de la consciencia, y, por lo tanto, todas sospechas de las lesiones en la cabeza deben tomarse seriamente. Los entrenadores y los compañeros del equipo pueden asistir en identificar a aquellos que potencialmente pueden tener una conmoción cerebral, debido a que un atleta con conmoción quizás no esté consciente de su condición, o posiblemente está tratando de ocultar la lesión para permanecer en el juego, o la práctica. En un esfuerzo por combatir esta lesión, se usará el siguiente protocolo para manejar las conmociones cerebrales para los estudiantes atletas de Perris Union High School District sospechosos de sufrir una conmoción cerebral.

1) *Tu escuela recibe entrenamiento para educar a los entrenadores, jugadores y padres a cómo reconocer estos tipos de lesiones y qué hacer cuando ocurran.*
2) *Antes de que comience la temporada, los atletas participan en " ImPACT™" para establecer los fundamentos para una referencia en el futuro, si en algún momento tienen una conmoción cerebral durante la temporada. "ImPACT™" es una prueba neurocognitiva que evalúa múltiples aspectos de la función cerebral incluyendo la memoria, la velocidad para procesar, el tiempo para reaccionar, y los síntomas posconmoción (no es una prueba del cociente de inteligencia).*
3) *Cuando parece que un atleta ha sostenido una conmoción cerebral, el entrenador, o el director atlético lo saca del juego y lo evalúa.*
4) *Cuando es necesario, lo mandan a una evaluación clínica y atención especializada por parte de un profesional médico que es un asesor titulado en "ImPACT™" (acutalmente Perris Union High School District está asociado con la clínica deportiva en Riverside).*
5) *El atleta se somete a una prueba y evaluación " ImPACT™" después de la lesión. Los resultados se comparan a su prueba fundamental antes de la temporada.*
6) *El profesional médico le proporciona al atleta un plan de seguimiento individual que podría incluir descanso, gradualmente volver a esforzarse y la reevaluación.*
7) *Los gastos médicos relacionados incurridos por el atleta para manejar el cuidado para la conmoción cerebral, incluyendo la prueba después de la lesión, se facturan a la póliza de seguros de exceso.*
8) *El atleta continúa con la atención de seguimiento, asegurando un regreso al juego seguro.*

Perris Union High School District se complace en poner en práctica este programa y proporciona la mejor información disponible para manejar las conmociones cerebrales y los gastos médicos asociados. La administración y el personal de entrenamiento se esfuerzan en mantener la salud y la seguridad de su hijo(a) al primer plano de la experiencia del estudiante atleta. Favor de ponerse en contacto con su director deportivo, o entrenador con preguntas sobre el programa.

PERRIS UNION HIGH SCHOOL DISTRICT

Declaración del estudiante atleta respecto a la conmoción cerebral

☐ Yo entiendo que es mi responsabilidad dar informes de todas las lesiones y enfermedades a mi entrenador y/o al director atlético.

☐ Yo he leído y entiendo la hoja de hechos referente a las conmocioneos cerebrales llamado *"CIF/CDC Concussion Fact Sheet" (en el otro lado de esta página).*

Después de leer la hoja de los hechos referente a las conmociones llamado "CIF/CDC Concussion fact sheet", yo estoy consciente sobre la siguiente información:

_____ Una conmoción cerebral en una lesión cerebral, y soy responsable de informarle al entrenador y/o al director deportivo.
Inicial

_____ Una conmoción cerebral puede afectar mi habilidad para desempeñar las actividades diarias y afectan el tiempo para reaccionar, el equilibrio, sueño y el desempeño en la clase.
Inicial

_____ No puedes ver la conmoción cerebral, pero quizás te des cuenta de los síntomas muy rápido. Otros síntomas se pueden manifestar horas, o días después de la lesión.
Inicial

_____ Si sospecho que un compañero tiene una conmoción cerebral, yo soy responsable de informar sobre la lesión a mi entrenador y/o al director deportivo.
Inicial

_____ No voy a regresar a jugar a un juego o práctica si he recibido un golpe en la cabeza, o en el cuerpo que resulte en los síntomas relacionados con la conmoción cerebral.
Inicial

_____ Después de una conmoción cerebral, el cerebro necesita tiempo para curarse. Tienes más posibilidades de repetir una conmoción cerebral si regresas a jugar antes de que tus síntomas se resuelvan solos.
Inicial

_____ En casos raros, las conmociones repetidas pueden causar daños cerebrales permanentes e incluso la muerte.
Inicial

_____ _____
Firma del estudiante-atleta Fecha

_____ _____
Firma del padre/tutor Fecha

_____
Nombre de imprenta del estudiante-atleta

_____
Nombre de imprenta del padre/tutor

Estimados padres/tutores,

_____ está actualmente implementando un programa innovador para nuestros estudiantes atletas. Este programa asistirá a nuestro equipo de médicos/entrenadores deportivos para la evaluación y el tratamiento de las lesiones en la cabeza (por ejemplo, conmociones cerebrales). Para poder manejar mejor las conmociones cerebrales sostenidas por nuestros estudiantes atletas, hemos adquirido un instrumento de software llamado ImPACT (Valoración inmediata posterior a la conmoción cerebral y pruebas cognitivas). ImPACT es un examen computarizado en muchos programas profesionales, colegiales, y escuelas preparatorias en todo el país para diagnosticar exitosamente y manejar las conmociones cerebrales. Si se cree que un atleta ha sido lesionado en la cabeza durante la competición, ImPACT se usa para ayudar a determinar la gravedad de la lesión en la cabeza y cuándo ha sanado por completo.

El examen computarizado se les da a los atletas antes de comenzar la práctica del deporte de contacto, o competición. Esta prueba no invasiva se pone en marcha en forma de un "juego de video" y toma 15-20 para completarse. Es sencilla, y actualmente muchos atletas disfrutan el desafío de tomar la prueba. Esencialmente, la prueba ImPACT es un examen físico pretemporada del cerebro. Sin embargo, no es una prueba IQ (cociente de inteligencia).

Si se sospecha una conmoción cerebral, el atleta tendrá que volver a tomar el examen. Los datos del examen tanto de la pretemporada como después de la lesión se le entregan a un doctor local, a un neuropsicólogo, o a un neuropsicólogo en el Centro Médico de la Universidad de Pittsburgh (UPMC) para ayudar a evaluar la lesión. (El programa de conmociones cerebrales deportivas de UPMC es el grupo fundador del software "ImPACT"). La información que se obtiene también se puede compartir con su médico familiar. Los datos del examen también le permitirá a estos profesionales de la salud determinar cuándo es apropiado y seguro para que el atleta lesionado regrese a jugar. Si una lesión de esta naturaleza le ocurre a su hijo(a), ustedes serán notificados inmediatamente con todos los detalles.

La información obtenida del programa ImPACT también puede utilizarse en los estudios que actualmente se conducen por la escuela y por el Centro Médico de la Universidad de Pittsburgh (UPMC). Para poder asegurar y garantizar el anonimato de su hijo(a), hemos establecido un sistema para someter datos anónimos. Esta información podrá someterse de forma anónima a UPMC para sus propósitos de investigación.

Deseo poner hincapié que los procedimientos del examen de ImPACT no son invasivos, y no representan un riesgo a su estudiante atleta. Nos complace implementar este programa debido a que nos proporciona la mejor información disponible para manejar las conmociones cerebrales y evitar posibles daños cerebrales que pueden ocurrir con múltiples conmociones. El personal de administración los entrenadores, y el personal de entrenamiento atlético de_____, están esforzándose a mantener la salud y la seguridad de su hijo(a) a primer plano de la experiencia deportiva del estudiante. Favor de devolver la páginia adjunta con las firmas apropiadas. Si tienen alguna pregunta respecto a este programa, favor de sentirse libre de ponerse en contacto conmigo al _____.

Atentamente,

XXX

Formulario del consentimiento

Para uso de la valoración inmediata posterior a la conmoción cerebral y pruebas cognitivas (ImPACT)

Yo he leído la información adjunta. Yo entiendo su contenido. Me han dado la oportunidad para hacer preguntas y todas las preguntas se han contestado a mi satisfacción. Yo estoy de acuerdo en participar en el programa llamado, "ImPACT Concussion Management Program". (Programa para el manejo de las conmociones cerebrales llamado ImPACT)

Nombre de imprenta del atleta _____

Deporte _____

_____ _____

Firma del atleta Fecha

_____ _____

Firma del padre Fecha

CONSENTIMIENTO PARA LAS PRUEBAS COGNITIVAS Y EMISIÓN DE LA INFORMACIÓN

Yo le doy permiso a (nombre del estudiante) _____

(fecha de nacimiento del estudiante) _____

para que se le haga una valoración inmediata posterior a la conmoción cerebral y pruebas cognitivas ImPACT (Immediate Post-concussion Assessment and Cognitive Testing) y se le administre en_____. Yo entiendo que mi hijo(a) puede necesitar que lo evalúen más de una vez, dependiendo de los resultados del examen, en comparación con la prueba de referencia de mi hijo(a), que se encuentra en el expediente en _____. Yo entiendo que no hay ningún cargo por los exámenes.

_____ podrá emitir los resultados ImPACT (Valoración inmediata posterior a la conmoción cerebral y pruebas cognitivas) al médico de atención primaria de mi hijo(a), al neurólogo, u otro médico, como se indica a continuación.

Yo entiendo que la información general sobre los datos de la prueba se le puede proporcionar al asesor(a) de mi hijo(a) y a los maestros, con el propósito de proporcionar las modificaciones académicas provisionales.

Nombre del padre o tutor: _____

Firma del padre o tutor: _____

Fecha: _____

FAVOR DE IMPRIMIR LA SIGUIENTE INFORMACIÓN:

Nombre del médico: _____

Nombre de la práctica o el grupo: _____

Número de teléfono: _____

Domicilio del estudiante:_____

Números de teléfono del padre o tutor (favor de indicar el número de contacto preferido y la hora, si es necesario).

_____ (Hogar) _____ (Trabajo)

_____ (Celular)

1/2006

Perris Union High School District

"Growing Together Through Education"

155 East 4th Street, Perris, CA 92570 (951) 943-6369 Fax: (951) 943-9852

La Ley de la privacidad y los derechos educativos de la familia (FERPA) (20 U.S.C. § 1232g; 34 CFR Part 99) es una ley federal que protege la privacidad de los registros de educación del estudiante. La ley aplica a todas las escuelas que reciben fondos bajo un programa aplicable del Departamento de Educación de los Estados Unidos.

FERPA le da a los padres ciertos derechos con respecto a los registros de educación del estudiante. Estos derechos se transfieren al estudiante cuando él o ella cumple los 18 años, o cuando asiste a una escuela más allá del nivel de la escuela preparatoria. Los estudiantes a quienes se les transfieren los derechos son "estudiantes elegibles".

- Los padres o los estudiantes elegibles tienen el derecho a inspeccionar y revisar los registros de educación del estudiante que la escuela mantiene. Las escuelas no tienen que proporcionar copias de los registros a menos de que, por motivos tal como una gran distancia, es imposible para los padres, o los estudiantes elegibles para revisar los registros. Las escuelas podrán cobrar una cuota por las copias.
- Los padres o los estudiantes elegibles tienen el derecho a solicitar que una escuela corrija los registros los cuales ellos piensan sean incorrectos, o erróneos. Si la escuela decide no enmendar el registro, los padres, o el estudiante elegible entonces tiene el derecho a una audiencia formal. Después de la audiencia, si la escuela aún decide no rectificar el registro, el padre, o estudiante elegible tiene el derecho a poner una declaración en el expediente que presenta su punto de vista acerca de la información impugnada.
- Generalmente las escuelas deben tener un permiso por escrito de los padres, o del estudiante elegible para poder emitir cualquier información de un registro de educación de un estudiante. Sin embargo, FERPA le permite a las escuelas divulgar los registros, sin el consentimiento, a las siguientes personas, o bajo las siguientes condiciones (34 CFR § 99.31):

  Funcionarios de la escuela con un interés educativo legítimo ;
  Otras escuelas a las que un estudiante se está transfiriendo;
  Funcionarios específicos con fines de auditoría o evaluación;
  Personas apropiadas relacionadas con la ayuda financiera para el estudiante;
  Organizaciones que conducen ciertos estudios para, o de parte de la escuela;
  Organizaciones acreditadas;
  Para cumplir con una orden judicial o una citación expedida legalmente;
  Funcionarios apropiados en casos de emergencia de la salud y seguridad; y a las autoridades estatales y locales, dentro de un sistema de justicia juvenil, conforme a la ley estatal específica.

Las escuelas podrán divulgar, sin consentimiento, información de "directorio" tal como el nombre del estudiante, la dirección, su número de teléfono, la fecha y el lugar de nacimiento, honores y premios, y las fechas de asistencia. Sin embargo, las escuelas deben informarles a los padres y a los estudiantes elegibles sobre la información del directorio y permitirles a los padres y a los estudiantes elegibles un tiempo razonable para solicitar que la escuela emita la información de directorio sobre ellos. Las escuelas deben notificarles anualmente a los padres y a los estudiantes elegibles sobre sus derechos bajo FERPA. El medio actual de notificación (carta especial, inclusión en un boletión PTA, en el manual del estudiante, o por medio de un artículo del periódico) se deja a la discreción de cada escuela.

Para mayor información, ustedes pueden llamar al 1-800-USA-LEARN (1-800-872-5327) (voz). Los individuos que usan TDD pueden llamar al 1-800-437-0833.

O ustedes pueden ponerse en contacto con nosotros en la siguiente dirección:

Family Policy Compliance Office
U.S. Department of Education
400 Maryland Avenue, SW
Washington, D.C. 20202-852

Perris Union High School District
Athletic Emergency/Medical Information & Participation Form

CHECK ALL SPORTS IN WHICH THIS STUDENT WILL PARTICIPATE IN: ☐ **Team Manager** *(Mark for which sport below)*

YEAR LONG: ☐ Dance ☐ Concert Marching Band ☐ Pep Squad		
FALL:	**WINTER:**	**SPRING:**
☐ Cross Country ☐ Girls Volleyball	☐ Basketball ☐ Pep Squad	☐ Baseball ☐ Boys Tennis
☐ Football ☐ Girls Golf	☐ Soccer ☐ Dance	☐ Boys Golf ☐ Track
☐ Girls Tennis	☐ Wrestling	☐ Softball ☐ Boys Volleyball
☐ Boys Water Polo	☐ Girls Water Polo	☐ Swimming

Name (Student Athlete): _____ Student ID#: _____ Address: _____
City: _____ State: _____ Zip Code: _____ Home Phone: _____ Today's Date: _____
Grade: _____ Age: _____ Sex: _____ Date of Birth: _____ Place of Birth: _____
Father's or Guardian Name: _____ Employer: _____ Phone:(___)-_____
Mother's or Guardian Name: _____ Employer: _____ Phone:(___)-_____
Emergency Phone/Pager#:(__)-_____ Cell #: _____ Email _____
Family Physician _____ Phone:(___)-_____ School attended previous Semester: _____
List all schools attended in the last 12 months: _____

Medical History Questionnaire – This section must be completed BY PHYSICIAN:

	Yes	No		Yes	No
1. Are you currently under a doctor's care for any reason?			15. Do you have any trouble breathing before or after exercise?		
2. Have you ever been hospitalized?			16. Have you had any problems with your eyes or vision?		
3. Have you ever had surgery?			17. Do you wear glasses or contacts or protective eye wear?		
4. Are you currently taking any medications or pills?			18. Do you use any special equipment (splints, neck rolls, mouth guards, etc.)?		
5. Do you have any allergies (medicines, bee stings, etc.)?			19. Has anyone in your family died of heart problems or sudden death before the age of 50?		
6. Have you ever been dizzy or fainted during or after exercise?			20. Do you only have one working organ of usually paired organs(only one eye, kidney,etc)?		
7. Have you ever had chest pains during or after exercise?			21. Have you ever sprained, broken, dislocated or had repeated swelling or pain of any bones or joints?		
8. Have you ever had high blood pressure?			22. Are any of the following currently bothering you? Hand / Wrist / Elbow / Forearm / Hip / Thigh / Knee / Ankle / Shin/Calf / Foot		
9. Have you ever been told you have a heart murmur?			23. Have you ever had a stinger, burner or pinched nerve?		
10. Have you ever had a racing heart or skipped heartbeats?			24. Have you ever had an medical problems or injuries? (asthma, mono, diabetes, etc)		
11. Have you had a head injury?			25. Have you had any medical problems since your last evaluation?		
12. Have you ever been knocked unconscious?			26. Were there any special instructions or precautions given by the Medical Practitioner?		
13. Have you ever had a seizure?			27. What was the date of your tetanus shot? _____		
14. Have you ever been dizzy or passed out due to the heat?			28. (Women only) Date of your first menstrual period: _____ When was your last menstrual period? _____ What was the longest period of time between your periods last year? _____		

Explain all "Yes" answers by question numbers, indicate dates for each item and include any special instructions

I/we hereby state, to the best of my/our knowledge, the answers to the questions for the medical history questionnaire above are true. I/we understand that by performing this examination, the undersigned physician does not assume responsibility for medical care of this individual. **I/we verify that I/we have read and understand all material presented and all information I/we have provided is correct and I/we give permission for my/our child or ward to receive a physical exam and to participate in athletics.** In the event **reasonable attempts** to contact the parent/guardian at the above phone numbers meets with no success, **full authorization** is given for the administration of any treatment deemed necessary by a medical practitioner, and the transfer of son/daughter or ward to any medical practitioner, and the transfer of my/our son/daughter or ward to any licensed hospital or emergency clinic reasonably accessible. It is understood that this authorization is given in advance of any specific diagnosis, treatment or hospital care being required, but is given to provide authority and power on the part of school authorities and aforesaid agent(s) to give reasonable care. Facts are provided above concerning the student athlete's medical history which a medical practitioner should know.

Family Health Insurance Co. _____ **Policy ID #** _____

Signature of Athlete _____ **Date:** _____

Signature of Parent or Guardian _____ **Date:** _____

---------- **DO NOT WRITE BELOW THIS LINE For Physician ONLY** ----------

	Blood Pressure	HEENT	Skin	Heart	Lungs	Abdomen	Flexibility/Strength
Normal							
Abnormal							

While this does not constitute a physical nor replace the need for a periodic health evaluation by a family physician, this individual appears to be physically capable of participation in interscholastic sports as of this date, except as indicated below.

☐ Cleared for sport without restriction(s)

☐ Cleared with the following restriction(s): _____

☐ Cleared after completing evaluation/rehabilitation for: _____

☐ Not cleared for participation in athletics

Doctor's Office Stamp: _____ Physician' Signature: _____ Date: _____

Copies: White – Fall Sport Yellow – Winter Sport Pink – Spring Sport Gold – Parent/Student Hard Copy - School