

Orientación sobre las comunicaciones tras una lesión deportiva no conmojional

Las actividades extracurriculares son una alternativa positiva para los adolescentes ante el consumo de drogas y alcohol. Cuando los estudiantes atletas no pueden jugar debido a una lesión, su tiempo puede ser menos estructurado, pueden necesitar control del dolor y pueden perder sus conexiones con la comunidad que los apoya. Esto a su vez puede presentar un mayor riesgo para el abuso de sustancias.

Los entrenadores y los padres o tutores tienen el mismo objetivo: garantizar el mejor resultado posible para el estudiante. Cuando un estudiante atleta se lesiona, los entrenadores y los padres o tutores deben trabajar juntos al compartir información sobre el diagnóstico y el plan de tratamiento y para elaborar un plan que permita al alumno volver a jugar.



La adolescencia es una etapa en la que se anima a los estudiantes a valerse por sí mismos y a ser más independientes. **Sin embargo, cuando se trata de la salud y las lesiones, es esencial que su padre o tutor se involucre plenamente.**

El intercambio de información debe ser coordinado entre todas las partes apropiadas en el cuidado y manejo de una lesión deportiva. Esto puede incluir al padre o tutor, médico, enfermera escolar, entrenador atlético, fisioterapeuta, entrenador y/o director deportivo. Todos estos individuos, según corresponda, deben participar en las decisiones que permitan al alumno volver a jugar.

Preste atención al impacto social y emocional producto de una lesión deportiva. La marginación puede conducir a una depresión general y a una pérdida de una actividad estructurada, la conexión con los amigos y la identidad como atleta. Hable con el estudiante atleta sobre sus

preferencias, y encuentre formas que permitan al atleta mantenerse involucrado con el equipo.

La decisión de permitir al estudiante jugar nuevamente debe tener como objetivo principal la recuperación adecuada del atleta lesionado. Algunos estudiantes pueden sentirse ansiosos por volver a jugar y pueden ocultar su malestar. Para evitar una curación inadecuada y una participación prematura, pídale a un profesional médico y/o al entrenador atlético escolar que tome la decisión final con respecto al plan de regreso al juego del atleta.

El Departamento de Salud Pública de Massachusetts, la Asociación de Asistencia Técnica de Massachusetts para la Prevención y la Asociación Atlética Interescolar de Massachusetts apoyan sus esfuerzos para mantener a los jóvenes sanos y fuertes.