DISTRITO ESCOLAR DE JACKSON
FORMULARIOS DE CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPACIÓN ATLÉTICA COPIA IMPRESA - 2026-2027

La información y los reconocimientos a continuación son necesarios para que un estudiante participe en los programas deportivos del Distrito Escolar de Jackson. Está accediendo y devolviendo esta copia impresa de este formulario porque no tiene una cuenta en el Portal.

(Nota: Para obtener acceso al Portal para padres, comuníquese con la oficina de tecnología al 732-833-4600, ext. 4347 o envíe un correo electrónico a Portalsupport@jacksonsd.org)

Estos formularios deben ser revisados tanto por los padres/tutores como por los estudiantes (ya que muchas preguntas requieren la confirmación de ambas partes). Estos acuses de recibo deben entregarse anualmente, antes del primer entrenamiento oficial del estudiante-atleta del año escolar. Entran en vigor de inmediato y también cubren el año escolar 2026-2027 y cualquier entrenamiento de verano realizado antes de la publicación de los nuevos Formularios de Consentimiento Atlético.

IMPRIMA ESTE FORMULARIO. REVISE LA INFORMACIÓN EN LAS SIGUIENTES PÁGINAS PARA DECLARAR QUE USTED Y SU ESTUDIANTE ATLETA LO HAN RECIBIDO Y ENTENDIDO. Si no puede imprimir el paquete, puede obtener una copia en la Escuela Secundaria Jackson Township, 125 N. Hope Chapel Road.

Devuelva TODOS estos formularios a la Oficina de Atletismo de la escuela de su hijo

NOMBRE COMPLETO DEL ESTUDIANTE _____

CALIFICACIÓN DEL ESTUDIANTE a septiembre de 2026: _____

SELECCIONE LA ESCUELA A CONTINUACIÓN:

_____ ESCUELA SECUNDARIA del municipio de Jackson

_____ Escuela Intermedia del Municipio de Jackson

Al firmar este formulario y firmar todos los formularios en este documento, certifico que yo y mi estudiante-atleta los hemos revisado, los entendemos y aceptamos estar sujetos a sus términos.

NOMBRE DEL PADRE/TUTOR (impreso) _____

FIRMA DEL PADRE/TUTOR _____

FIRMA DEL ESTUDIANTE _____

Fecha _____

2026-2027 Formulario de Reconocimiento de Información sobre Muerte Cardíaca Súbita en Atletas Jóvenes

La muerte súbita cardíaca es el resultado de una falla inesperada de la función cardíaca, generalmente (alrededor del 60 % de las veces) durante o inmediatamente después del ejercicio sin traumatismo. Dado que el corazón deja de bombear adecuadamente, el atleta se desploma rápidamente, pierde el conocimiento y finalmente fallece, a menos que se restablezca el ritmo cardíaco normal mediante un desfibrilador externo automático (DEA).

El distrito está obligado por ley a compartir información importante y a que los padres y estudiantes atletas confirmen haberla recibido. La información se incluye en este paquete, en las páginas siguientes a esta hoja de firma. Después de que usted y su estudiante atleta la hayan revisado, completen la firma a continuación.

Al firmar a continuación, usted certifica que tanto el PADRE COMO EL ESTUDIANTE ATLETA han revisado y comprenden la INFORMACIÓN SOBRE MUERTE CARDÍACA SÚBITA EN ATLETAS JÓVENES en este paquete (todos los documentos al final del paquete).

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

Hoja informativa sobre el uso y el abuso de opioides 2026-2027
Firma del estudiante-atleta y del padre/tutor

De acuerdo con la Ley Estatal de Salud Pública de Nueva Jersey (N.J.S.A.) 18A:40-41.10, los distritos escolares públicos, las escuelas privadas autorizadas para estudiantes con discapacidades y las escuelas privadas que participan en un programa deportivo interescolar deben distribuir esta HOJA INFORMATIVA SOBRE EL USO Y EL MAL USO DE OPIOIDES a todos los estudiantes-atletas y animadoras. Además, las escuelas y los distritos deben obtener un acuse de recibo firmado de la hoja informativa de cada estudiante-atleta y animadora, y en el caso de los estudiantes menores de 18 años, el padre, madre o tutor también debe firmarla.

El distrito está obligado por ley a compartir información importante y a que los padres y estudiantes atletas confirmen haberla recibido. La información se incluye en este paquete, en las páginas siguientes a esta hoja de firma. Después de que usted y su estudiante atleta la hayan revisado, completen la firma a continuación.

Al firmar a continuación, usted certifica que tanto el PADRE COMO EL ESTUDIANTE ATLETA han revisado y comprenden la HOJA INFORMATIVA SOBRE EL USO Y USO INDEBIDO DE MEDICAMENTOS OPIOIDES en este paquete.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

2026-2027RECONOCIMIENTO DEL VIDEO SOBRE OPIOIDES

Para abordar el mayor riesgo de abuso de opioides entre los atletas de la escuela secundaria, la Oficina del Coordinador de Respuestas a la Adicción y Estrategias de Cumplimiento de Nueva Jersey (NJCARES) y la Asociación Atlética Interescolar del Estado de Nueva Jersey (NJSIAA) crearon una asociación para educar a los estudiantes-atletas y a sus padres/tutores sobre los riesgos de adicción asociados con las lesiones deportivas y el consumo de opioides.

Esta iniciativa educativa, encabezada por el Fiscal General Gurbir Grewal y aprobada por el Comité Ejecutivo de la NJSIAA, es un esfuerzo colaborativo para utilizar la programación de video para crear conciencia entre los atletas de la escuela secundaria de que enfrentan un mayor riesgo de volverse adictos a los analgésicos recetados que sus compañeros estudiantes que no practican deportes.

Todos los padres/tutores y estudiantes deportistas deben asistir Un video educativo sobre los riesgos del consumo de opioides en relación con los estudiantes deportistas.

El video debe verse una vez al año. El distrito debe obtener un comprobante firmado de que tanto los padres como los estudiantes han visto el video. Este formulario en línea lo confirma.

MIRA EL VIDEO SOBRE OPIOIDES A TRAVÉS DEL ENLACE A CONTINUACIÓN:

(Puede escribir la siguiente dirección en su navegador web.

O el enlace también está disponible en la página de Atletismo del sitio web del Distrito)

https://youtu.be/_4wMz23cW_c?si=Mn8gIHvx7v7BzCDr

Al firmar a continuación y enviar este formulario, el PADRE/TUTOR reconoce que TANTO el PADRE/TUTOR como el ESTUDIANTE han visto el video educativo de NJ CARES sobre los riesgos del uso de opioides para los atletas de la escuela secundaria.

Y que TANTO el PADRE/TUTOR como el ESTUDIANTE comprenden la política de NJSIAA que requiere que los estudiantes y sus padres/tutores si un estudiante es menor de 18 años vean este video y firmen este reconocimiento.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

2026-2027 Consentimiento para pruebas aleatorias de drogas - Formulario de consentimiento para la política de pruebas de esteroides de NJSIAA

En la Orden Ejecutiva 72, emitida el 20 de diciembre de 2005, el gobernador Richard Codey ordenó al Departamento de Educación de Nueva Jersey colaborar con la Asociación Atlética Interescolar del Estado de Nueva Jersey (NJSIAA) para desarrollar e implementar un programa de pruebas aleatorias de esteroides en equipos e individuos que clasifiquen para los campeonatos. A partir de la temporada deportiva de otoño de 2006, cualquier estudiante-atleta que posea, distribuya, ingiera o utilice de cualquier otra forma cualquiera de las sustancias prohibidas que se indican en la página adjunta, sin receta médica de un médico colegiado, reconocido por la Asociación Médica Estadounidense, para tratar una afección médica, infringirá la norma de deportividad de la NJSIAA y estará sujeto a sanciones de la NJSIAA, incluyendo la suspensión de la competición.

Los atletas pueden enviar suplementos y medicamentos a Drug Free Sport AXIS para recibir información sobre sustancias prohibidas o cuestiones de seguridad. Los atletas o sus padres pueden iniciar sesión en la cuenta de NJSIAA en www.dfsaxis.com con la contraseña "njsports".

La NJSIAA realizará pruebas de sustancias prohibidas a individuos y equipos seleccionados al azar que califiquen para un torneo o competencia de campeonato estatal. Los resultados de todas las pruebas serán confidenciales y solo se divulgarán al estudiante, sus padres y su escuela. Ningún estudiante podrá participar en una competencia de la NJSIAA sin el consentimiento de sus padres o tutores para las pruebas aleatorias.

Al aceptar este formulario, el PADRE/MADRE Y EL ESTUDIANTE ATLETA consienten la realización de pruebas aleatorias de acuerdo con la política de pruebas de esteroides de la NJSIAA. Al firmar y enviar este formulario, declaran comprender que, si el estudiante o su equipo clasifica para un torneo o competencia de campeonato estatal, podría ser sometido a pruebas de sustancias prohibidas.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

Información sobre conmociones cerebrales y lesiones oculares relacionadas con el deporte 2026-2027
Formulario de reconocimiento

Esta información puede ayudar a proteger a los estudiantes atletas de conmociones cerebrales u otras lesiones cerebrales u oculares graves. También incluye información clave para padres y estudiantes sobre cómo reconocer los síntomas de una conmoción cerebral. El distrito está obligado por ley a compartir información importante y a que los padres y estudiantes atletas confirmen haberla recibido.

Al reconocer este formulario, usted certifica que tanto el PADRE COMO EL ESTUDIANTE ATLETA han revisado y comprendido la INFORMACIÓN SOBRE CONMOCIONES CEREBRALES y LESIONES OCULARES RELACIONADAS CON EL DEPORTE.

El distrito está obligado por ley a compartir información importante y a que los padres y estudiantes atletas confirmen haberla recibido. La información se incluye en las páginas siguientes de este paquete.

Al firmar a continuación, usted certifica que tanto el PADRE COMO EL ESTUDIANTE ATLETA han revisado y comprenden la INFORMACIÓN SOBRE CONMOCIONES CEREBRALES Y LESIONES OCULARES RELACIONADAS CON EL DEPORTE en este paquete.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

2026-2027 Permiso para administrar ImPact
(Evaluación inmediata posterior a una conmoción cerebral) Prueba

El Departamento de Atletismo del Distrito Escolar de Jackson, con el objetivo de brindar la mejor atención médica a nuestros estudiantes-atletas, utiliza un innovador plan para el manejo de lesiones en la cabeza. Como parte de este plan, los estudiantes que compiten en fútbol americano, fútbol soccer, hockey sobre césped, porristas, hockey sobre hielo, lucha libre y lacrosse deberán someterse a un examen neurocognitivo computarizado conocido como ImPact (Evaluación y Prueba Cognitiva Inmediata Post-Conmoción Cerebral). Esta es una prueba de referencia que se realiza antes de la temporada deportiva y bajo la supervisión directa del Departamento de Atletismo.

Si se sospecha que un estudiante-atleta ha sufrido una conmoción cerebral durante una competición, se realiza el examen de nuevo y los datos de la prueba posterior a la lesión se comparan con la prueba de referencia. Esta información se utiliza como herramienta para ayudar al equipo de medicina deportiva a determinar la gravedad de la lesión, supervisar la recuperación y tomar decisiones seguras para el regreso a la competición. El examen de referencia dura entre 25 y 30 minutos y no es invasivo. Tiene un formato de "videojuego" y registra información neurocognitiva como la memoria, el tiempo de reacción, la velocidad de procesamiento cerebral y la concentración. Es un examen sencillo y la mayoría de los participantes disfrutan del reto. Fundado por el Programa de Conmoción Cerebral Deportiva del Centro Médico de la Universidad de Pittsburgh, este software se está convirtiendo rápidamente en el estándar de oro para el reconocimiento y el tratamiento de lesiones en la cabeza. Innumerables universidades y distritos escolares utilizan el programa en todo el país, al igual que los deportes profesionales y los Juegos Olímpicos. Puede encontrar información general sobre la prueba en:www.impacttest.com.

La prueba de referencia no tiene como objetivo identificar una conmoción cerebral. Los estudiantes que hayan sufrido una conmoción cerebral recientemente o que no se hayan recuperado de una conmoción cerebral diagnosticada no deben realizar la prueba de referencia ImPact. En su lugar, notifiquen de inmediato a los entrenadores deportivos o a su médico para una evaluación exhaustiva. Los estudiantes-atletas deben obtener la autorización completa y sin restricciones del personal médico correspondiente antes de realizar la prueba de referencia. Además, los atletas que presenten fatiga, malestar o lesión deben posponer la prueba de referencia hasta que se sientan mejor.

Como padre/tutor, usted desempeña un papel fundamental en el manejo de las lesiones en la cabeza. Por lo tanto, es fundamental que conozca la definición de conmoción cerebral, sus signos y síntomas, y los riesgos extremos de volver a jugar antes de recuperarse por completo. Puede encontrar información adicional sobre lesiones en la cabeza en el enlace de medicina deportiva del sitio web.
Sitio web del Distrito Escolar de Jackson. Si tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en contactar al departamento de atletismo.

Al firmar a continuación, usted certifica que tanto el PADRE COMO EL ESTUDIANTE ATLETA han revisado y comprendido elPermiso para administrar la prueba ImPact (evaluación inmediata posterior a una conmoción cerebral) y otorgar permiso para administrar esta prueba.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

Acuerdo de conducta/deportividad estudiantil 2026-2027 / Formulario de autorización si se utiliza transporte privado / Autorización de los padres para la participación del estudiante

Acuerdo de conducta/deportividad estudiantil

Acepto voluntariamente cumplir con las siguientes condiciones de mi participación en los programas deportivos del Distrito Escolar de Jackson.

1. Mi participación es un privilegio. Por lo tanto, el entrenador/asesor, así como la administración escolar, tienen el derecho de revocar este privilegio y dar por terminada mi participación si no me comporto de manera apropiada.

2. Soy representante del Distrito Escolar de Jackson y de la comunidad del Municipio de Jackson y, por lo tanto, entiendo que debo mantener altos estándares de conducta y comportamiento. Dado que mi participación refleja mi programa escolar, debo comportarme siempre de manera aceptable. De no hacerlo, podría recibir medidas disciplinarias, de acuerdo con el código de disciplina escolar, lo cual podría afectar mi elegibilidad para participar en esta y otras actividades.

3. Acepto comportarme de manera apropiada y aceptable de acuerdo con:
-- las reglas instituidas por mi entrenador/asesor
-- las leyes del estado
-- las reglas establecidas por cualquier organismo rector específico para esta actividad
-- cualquier otra regla y requisito establecido por la Junta de Educación de Jackson y por mi escuela

4. Acepto no abusar de ninguna sustancia. El término "abuso de sustancias" incluye, entre otros:
-- uso o posesión de sustancias peligrosas controladas según se define enNJSA18A:40A-9
-- uso o posesión de bebidas alcohólicas
-- uso o posesión de drogas para mejorar el rendimiento
-- uso o posesión ilegal de cualquier sustancia prohibida por la ley

Entiendo que cualquier violación de las condiciones de abuso de sustancias enumeradas anteriormente dará lugar a la asignación de sanciones o al delito cometido de acuerdo con las Políticas 5570 y 5600 de la Junta de Educación de Jackson.

Formulario de autorización si se utiliza transporte privado

Si Elijo transporte privado para mi hijo en lugar del transporte proporcionado por el distrito. Acepto liberar y eximir de responsabilidad a la Junta de Educación de Jackson y a sus empleados, tanto colectiva como individualmente, de toda responsabilidad por lesiones personales y/o daños a la propiedad sufridos o causados por este transporte privado voluntario de mi hijo hacia/desde eventos deportivos patrocinados por el distrito.

(continúa en la página siguiente)

Autorización de los padres para que el estudiante participe

Autorizo a los directores del Distrito Escolar de Jackson a permitir que mi hijo/a participe en actividades deportivas interescolares durante el año escolar 2026-2027. Al hacerlo, yo:

a. Liberar a la Junta de Educación y a sus empleados de cualquier responsabilidad por cualquier accidente que pueda ocurrirle a mi hijo durante su participación.
b. Otorgar permiso al Equipo de Medicina Deportiva (médicos de distrito, enfermeras y entrenadores deportivos) para evaluar, diagnosticar, tratar y rehabilitar lesiones que mi hijo pueda sufrir como resultado de su participación.
c. Autorizar el intercambio de los registros médicos confidenciales de mi hijo entre el equipo de medicina deportiva, el departamento de orientación y la administración si dicha información es pertinente para brindar atención médica adecuada.
d. Autorizo a mi hijo/a a viajar fuera del recinto escolar para participar en actividades y eventos de equipo. Lo hago a sabiendas de que el personal médico no podrá acompañar al equipo de mi hijo/a fuera del recinto escolar. En caso de emergencia médica, autorizo al empleado de la Junta de Educación de Jackson responsable de mi hijo/a a obtener la atención médica adecuada y, además, autorizo al personal médico correspondiente a brindarle todo el tratamiento médico necesario (incluidas las pruebas de drogas y alcohol).
e. Entiendo que todos los medicamentos que tome durante sus viajes y participación en actividades deportivas interescolares, incluyendo los de venta libre, deben ser aprobados por la enfermera escolar de acuerdo con la Política del Consejo n.° 5141.211. Esto incluye el tratamiento del asma, alergias, diabetes y cualquier enfermedad crónica que requiera medicación.

AL FIRMAR A CONTINUACIÓN, USTED CERTIFICA QUE EL PADRE/TUTOR Y EL ESTUDIANTE ATLETA HAN REVISADO Y ENTENDIDO LA INFORMACIÓN ANTERIOR (Acuerdo de conducta/deportividad del estudiante, Formulario de autorización si se utiliza transporte privado y Autorización de los padres para que el estudiante participe) Y ACEPTAN ESTAR OBLIGADOS POR LOS TÉRMINOS.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

NUEVO REQUISITO

RECONOCIMIENTO DEL CÓDIGO DE CONDUCTA DEL ESPECTADOR POR PARTE DE ESTUDIANTES Y PADRES

La NJSIAA exige que los distritos establezcan políticas y procedimientos relacionados con el espíritu deportivo e identifiquen las responsabilidades de administradores, entrenadores y estudiantes para garantizar su cumplimiento. El distrito debe informar anualmente a los padres y estudiantes atletas sobre esta política y sus expectativas, y que tanto el padre/tutor como el estudiante confirmen que comprenden las disposiciones de la política.

Esta política detalla lo que se considera conducta antideportiva de un fanático o espectador, el marco disciplinario si se determina que las acciones están prohibidas por la política, el proceso de apelaciones y la forma en que se implementará la política.

ESTUDIANTE y PADRE/TUTOR: Es necesario que vea elPolítica 9163 del Distrito Escolar de Jackson - Código de conducta para espectadores en eventos interescolaresDespués de revisarla, utilice el menú desplegable a continuación para confirmar que comprende las disposiciones de esta política.

AL FIRMAR A CONTINUACIÓN, USTED CERTIFICA QUE EL PADRE/TUTOR Y EL ESTUDIANTE ATLETA HAN REVISADO Y ENTENDIDO LA INFORMACIÓN ANTERIOR CON RESPECTO AL CÓDIGO DE CONDUCTA DE ESPECTADORES DEL DISTRITO ESCOLAR DE JACKSON PARA EVENTOS INTERESCOLARES Y ACEPTAN ESTAR OBLIGADOS POR LOS TÉRMINOS.

Firma del padre/tutor _____

Firma del estudiante _____

Fecha: _____

CUOTAS DE PARTICIPACIÓN EN ATLETISMO Y ACTIVIDADES 2026-2027

Desde 2010, el Distrito Escolar de Jackson ha implementado una “Tarifa de Participación” en actividades y deportes en los niveles de escuela intermedia y secundaria para ayudar a crear ingresos para sostener las actividades y deportes del distrito.extraescolar Programación.

Las tarifas al año escolar 2026-2027 se reflejan a continuación:

- **Tarifa deportiva de $100 (por persona, por deporte)**
- **Tarifa de actividad de $50**
- **Límite familiar máximo de $350**

A los estudiantes no se les proporcionará un uniforme hasta que se reciban estas tarifas.

Los detalles completos de esta tarifa de participación, incluida la información sobre las tarifas para estudiantes que califican para comidas gratuitas o reducidas, están disponibles en:**https://www.jacksonsd.org/participationfee**

AL FIRMAR A CONTINUACIÓN, USTED CERTIFICA QUE EL DISTRITO LE HA INFORMADO DE SUS RESPONSABILIDADES DE PAGAR LA CUOTA DE PARTICIPACIÓN DEL DISTRITO PARA ATLETISMO Y ACTIVIDADES.

Firma del padre/tutor _____

Fecha: _____

Recursos en la Página Web

- Sudden Death in Athletes
  http://tinyurl.com/m2gjmvq
- Hypertrophic Cardiomyopathy Association
  www.4hcm.org
- American Heart Association www.heart.org

Agencias Colaboradoras:

American Academy of Pediatrics
New Jersey Chapter
3836 Quakerbridge Road, Suite 108
Hamilton, NJ 08619
(p) 609-842-0014
(f) 609-842-0015
www.aapnj.org

American Heart Association
1 Union Street, Suite 301
Robbinsville, NJ, 08691
(p) 609-208-0020
www.heart.org

Departamento de Educación de Nueva Jersey
PO Box 500
Trenton, NJ 08625-0500
(p) 609-292-5935
www.state.nj.us/education/

Departamento de Salud de Nueva Jersey
P. O. Box 360
Trenton, NJ 08625-0360
(p) 609-292-7837
www.state.nj.us/health

Autor Principal: Academia de Pediatría Americana, Capítulo de Nueva Jersey

Escrito por: Borrador inicial por Sushma Raman Hebbar, MD & Stephen G. Rice, MD PhD

Revisores Adicionales: Departamento de Educación, Departamento de Salud y Servicios para Personas Mayores de NJ, Asociación del Corazón Americana/Capítulo de Nueva Jersey, Academia de Práctica de Familia de NJ, Cardiólogos Pediátricos, Enfermeras Escolares del Estado de Nueva Jersey

Revisado 2014: Nancy Curry, EdM; Christene DeWitt-Parker, MSN, CSN, RN; Lakota Kruse, MD, MPH; Susan Martz, EdM; Stephen G. Rice, MD; Jeffrey Rosenberg, MD, Louis Teichholz, MD; Perry Weinstock, MD

MUERTE CARDÍACA SÚBITA EN ATLETAS JÓVENES

Los datos básicos en la muerte cardíaca súbita en atletas jóvenes

STATE OF NEW JERSEY
DEPARTMENT OF EDUCATION

American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

American Heart Association
Learn and Live

MUERTE CARDÍACA SÚBITA EN ATLETAS JÓVENES

La muerte súbita en atletas jóvenes entre las edades de 10 y 19 es muy rara. ¿Qué, si acaso, se puede hacer para prevenir este tipo de tragedia?

¿Qué es la muerte cardíaca súbita en el atleta joven?

La muerte cardíaca súbita es el resultado del fallo inesperado de la función apropiada del corazón, usualmente (alrededor de 60% de las veces) durante o inmediatamente después de hacer ejercicio sin trauma. Ya que el corazón cesa de bombear adecuadamente, el atleta se desploma rápidamente, pierde el conocimiento, y por último muere a menos que se restaure el ritmo normal del corazón usando un desfibrilador externo automático (AED, siglas en inglés).

¿Qué tan común es la muerte súbita en atletas jóvenes?

La muerte cardíaca súbita en atletas jóvenes es muy rara. En los Estados Unidos se reportan alrededor de 100 muertes tales. El chance de que la muerte súbita ocurra a un atleta de escuela secundaria individual es alrededor de uno en 200,000 por año.

La muerte cardíaca súbita es más común: en varones que en mujeres; en fútbol y baloncesto que en cualquier otro deporte; y en afroamericanos más que en otras razas o grupos étnicos.

¿Cuáles son las causas más comunes?

Los estudios de investigación sugieren que la causa principal es la pérdida del ritmo cardíaco apropiado, lo cual causa que el corazón tiemble en lugar de bombear sangre al cerebro y al cuerpo. Esto se llama fibrilación ventricular. El problema usualmente es causado por varias anormalidades cardiovasculares y enfermedades eléctricas del corazón que no son detectadas en atletas aparentemente saludables.

La causa más común de muerte súbita en un atleta es la cardiomiopatía hipertrófica, llamada también HCM. HCM es una enfermedad del corazón, con engrosamiento anormal del músculo del corazón, lo que puede causar problemas serios del ritmo del corazón y bloqueos del flujo de la sangre. Esta enfermedad genética se da en familias y usualmente se desarrolla gradualmente a lo largo de muchos años.

La segunda causa más probable es anormalidades congénitas (esto es, presente desde el nacimiento) de las arterias coronarias. Esto significa que estos vasos sanguíneos están conectados al vaso sanguíneo principal del corazón de modo anormal. Esto difiere de los bloqueos que pueden ocurrir cuando la gente envejece (comúnmente llamada "enfermedad arterial cardíaca", lo cual puede conducir a un ataque del corazón).

Otras enfermedades del corazón que pueden conducir a la muerte súbita en gente joven incluyen:

- Miocarditis, una inflamación aguda del músculo del corazón (usualmente causada por un virus).
- Cardiomiopatía dilatada, un agrandamiento del corazón por razones desconocidas.
- Síndrome QT largo y otras anormalidades eléctricas del corazón que causan ritmos anormalmente rápidos del corazón y pueden darse en las familias también
- Síndrome de Marfan, un desorden heredado que afecta las válvulas del corazón, las paredes de las arterias principales, ojos y esqueleto. Generalmente se da en atletas inusualmente altos, especialmente si el ser alto no es común en otros miembros de la familia.

¿Existen señales de advertencia que deben ser vigiladas?

En más de un tercio de estas muertes cardíacas súbitas, hubo señales de advertencia que no fueron reportadas o no se tomaron en serio. Las señales de advertencia son:

- Desmayo, convulsiones durante la actividad física;
- Desmayo o convulsiones por excitación emocional, estrés emocional o sobresaltarse;
- Mareo o aturdimiento, especialmente durante el esfuerzo;
- Dolor en el pecho, durante el descanso o esfuerzo;
- Palpitaciones – estar consciente de que el corazón late de modo inusual (saltar los latidos o los latidos son irregulares o extra) durante participación en actividades atléticas o durante los períodos de enfriamiento después de la participación en actividades atlética;
- Fatiga o cansarse más rápidamente que sus compañeros; o
- No poder seguir al ritmo que sus amigos debido a falta de aliento (dificultad para respirar).

¿Cuáles son las recomendaciones actuales para exámenes de detección de señales en atletas jóvenes?

Nueva Jersey requiere que todos los atletas escolares sean examinados por su médico primario ("médico del hogar") o por el médico escolar al menos una vez al año. El Departamento de Educación de Nueva Jersey requiere el uso del Formulario de Examen Físico Antes de la Participación (PPE, siglas en inglés para Pre-participation Physical Examination Form).

Este proceso empieza con los padres y los estudiantes atletas contestando preguntas acerca de síntomas durante el ejercicio (tales como dolor en el pecho, mareo, desmayo, palpitaciones o falta de aliento); y preguntas acerca del historial de salud de la familia.

El proveedor primario de servicios de salud debe saber si algún miembro de la familia murió súbitamente durante la actividad física o durante una convulsión. Ellos también deben saber si alguien en la familia menor de 50 años de edad tuvo una muerte súbita inexplicable tal como ahogamiento o accidentes automovilísticos. Esta información debe ser proporcionada anualmente para cada examen porque es muy esencial para identificar a los que están a riesgo de muerte cardíaca súbita.

El examen físico requerido incluye la medición de la presión arterial y escuchar cuidadosamente al examinar el corazón, especialmente por soplos o anormalidades del ritmo. De no haber señales de advertencia en el historial de salud y si no se descubrieron anormalidades durante el examen, no se recomienda evaluación o pruebas adicionales.

¿Existen opciones privadas disponibles de evaluaciones de detección de condiciones cardíacas?

Programas de evaluaciones de detección basados en tecnología incluyendo un electrocardiograma (ECG, siglas en inglés) y ecocardiograma (ECHO, siglas en inglés) son opciones no invasivas y sin dolor que los padres pueden tomar en cuenta además del PPE requerido. Sin embargo, estos procedimientos pueden ser muy caros y actualmente no son recomendados por la Asociación de Pediatría Americana y el Colegio de Cardiología Americano a menos que el PPE revele una indicación para estas pruebas. Además del gasto, otras limitaciones de las pruebas basadas en tecnología incluyen la posibilidad de "positivos falsos" que conducen a estrés innecesario para los padres o tutores así como restricciones innecesarias para la participación en actividades atléticas.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos ofrece opciones para evaluaciones de riesgo bajo la Iniciativa de Historia Familiar del Director General de Sanidad (Surgeon General) disponible en: http://www.hhs.gov/familyhistory/index.html.

¿Cuándo debe un estudiante atleta ver a un especialista del corazón?

Si el proveedor primario de servicios de salud o el médico escolar tiene alguna preocupación, se recomienda una remisión a un especialista del corazón de niños, cardiólogo pediátrico. Este especialista realizará una evaluación más extensa, incluyendo un electrocardiograma (ECG), que es un gráfico de la actividad eléctrica del corazón. Y probablemente se hará un ecocardiograma que es una prueba de ultrasonido que permite la visualización directa de la estructura del corazón. El especialista podría ordenar también una prueba de ejercicio en una trotadora y un monitor para permitir una grabación más larga del ritmo del corazón. Estas pruebas no son invasivas o incomodas.

¿Puede prevenirse la muerte cardíaca súbita con solamente los exámenes de detección apropiados?

Una evaluación apropiada debe encontrar la mayoría, pero no todas, las condiciones que podrían causar la muerte súbita en el atleta. Esto se debe a que algunas enfermedades son difíciles de descubrir y podrían desarrollarse solamente más tarde en la vida. Otras pueden desarrollarse luego de una evaluación de detección normal, tal como una infección del músculo del corazón debida a un virus.

Esta es la razón por la cual las evaluaciones de detección y un repaso de la historia de salud de la familia deben ser hechos anualmente por el proveedor primario de servicios de salud. Con las pruebas y evaluaciones de detección apropiadas, la mayoría de los casos pueden ser identificados y prevenidos.

¿Por qué se tiene un AED en el lugar durante los eventos deportivos?

El único tratamiento efectivo para la fibrilación ventricular es el uso de un desfibrilador externo automático (AED). Un AED puede restaurar el ritmo normal del corazón. Un AED también salva la vida para la fibrilación ventricular causada por un golpe al pecho sobre el corazón).

N.J.S.A. 18A:40-41a hasta c, conocida como "Ley Janet" requiere que en cualquier evento atlético auspiciado por una escuela o práctica de un equipo en las escuelas públicas o no públicas incluyendo los grados K al 12, lo siguiente debe estar disponible

- Un AED presente en un lugar abierto en la propiedad de la escuela dentro de una proximidad razonable al campo atlético o gimnasio; y
- Un entrenador del equipo, adiestrador atlético licenciado u otro miembro del personal designado si no hay un entrenador o adiestrador atlético presente, certificado en resucitación cardiopulmonar (CPR, siglas en inglés) y en el uso del AED o
- Un proveedor de servicios de emergencia certificado por el estado u otra persona de primera respuesta certificada.

La Academia de Pediatría Americana recomienda que el AED debe ser colocado en un lugar céntrico accesible e idealmente no más de 1 a 1½ minutos de camino de cualquier lugar y que se haga una llamada para activar el sistema de emergencia 911 mientras se obtiene el AED.

STATE OF NEW JERSEY
DEPARTMENT OF EDUCATION

Ficha informativa educativa sobre el consumo y el abuso de opioides

Mantener a los alumnos atletas seguros

El atletismo escolar puede desempeñar un papel integral en el desarrollo de los alumnos. Además de proporcionar formas saludables de ejercicio, el atletismo escolar fomenta la amistad y la camaradería, promueve el espíritu deportivo y el juego limpio, e inculca el valor de la competencia.

Lamentablemente, las actividades deportivas también pueden provocar lesiones y, rara vez, dolores que son graves o que duran lo suficiente como para necesitar un analgésico opioide con receta[1]. Es importante entender que las sobredosis de opioides están en aumento, y acaban con la vida de estadounidenses de todas las edades y orígenes. Las familias y las comunidades de todo el país lidian con los efectos de salud, emocionales y económicos de esta epidemia[2].

Esta ficha informativa educativa, creada por el Departamento de Educación de Nueva Jersey, según lo exige la ley estatal [Título 18A, Artículos 40-41.10 de las Leyes comentadas de Nueva Jersey (New Jersey Statutes Annotated, N.J.S.A.)], proporciona información sobre el consumo y el abuso de medicamentos opioides en el caso de que un proveedor de atención médica le recete a un alumno atleta o a una porrista un opioide para tratar una lesión relacionada con el deporte. Los alumnos atletas y porristas que participen en un programa de deportes interescolares (y sus padres o tutores si el alumno es menor de 18 años) deben proporcionarle un acuse de recibo por escrito de esta ficha informativa al distrito escolar.

¿Cómo obtienen los atletas los opioides?

En algunos casos, se les recetan estos medicamentos a los alumnos atletas. Según investigaciones, alrededor de un tercio de los jóvenes estudiados obtuvieron las pastillas de sus propias recetas anteriores (es decir, de una receta no terminada que se utiliza sin la supervisión de un médico) y el 83 por ciento de los adolescentes tenía acceso no supervisado a sus medicamentos recetados[3]. Es importante que los padres comprendan el posible riesgo de tener medicamentos recetados de manera insegura en sus hogares. Los padres también deben comprender la importancia del almacenamiento y la eliminación adecuados de los medicamentos, incluso si creen que su hijo no participaría en el consumo no médico o recreativo de medicamentos recetados.

¿Cuáles son las señales del abuso de opioides?

Según el Consejo Nacional sobre Alcoholismo y Drogodependencia, el 12 por ciento de los atletas masculinos y el 8 por ciento de las atletas femeninas habían consumido opioides recetados en el período estudiado de 12 meses[3]. En las primeras etapas de abuso, el atleta puede presentar náuseas o vómitos no provocados. Sin embargo, a medida que desarrolla tolerancia al medicamento, esos signos disminuirán. El estreñimiento es frecuente, pero no suele informarse.

Uno de los indicios más importantes de una posible adicción a los opioides es la disminución en el rendimiento académico o atlético del atleta, o la falta de interés en su deporte. Si se observan estas señales de advertencia, las buenas prácticas requieren que el alumno sea derivado al profesional adecuado para que se le realice un análisis de detección[4], que se proporciona a través de una práctica basada en la evidencia para identificar el consumo, el abuso y la dependencia problemáticos de drogas ilícitas [p. ej., Detección, Intervención breve y Derivación al tratamiento (SBIRT)] ofrecido a través del New Jersey Department of Health (Departamento de Salud de Nueva Jersey).

¿Cuáles son algunas formas en las que se puede prevenir el consumo y el abuso de opioides?
De acuerdo con el presidente del Comité Asesor Médico Deportivo de la Asociación Atlética Interescolar del Estado de Nueva Jersey (New Jersey State Interscholastic Athletic Association, NJSIAA), John P. Kripsak, D.O.: "Los estudios indican que alrededor del 80 por ciento de los consumidores de heroína comenzaron abusando de los analgésicos opioides".

El Comité Asesor Médico Deportivo, que incluye representantes de las escuelas miembro de la NJSIAA, así como expertos en el campo de la salud y la medicina, recomienda lo siguiente:

- El dolor de la mayoría de las lesiones relacionadas con los deportes puede tratarse con medicamentos no opioides, como el paracetamol, y los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, como el ibuprofeno, el naproxeno o la aspirina. Lea la etiqueta con detenimiento y siempre tome la dosis recomendada o siga las instrucciones del médico. Consumir más medicamento no es necesariamente mejor cuando se toma un analgésico de venta libre (OTC, por su sigla en inglés) que puede provocar efectos secundarios peligrosos[10].
- La terapia con hielo se puede utilizar de forma adecuada como anestésico.
- Siempre consulte con el médico exactamente qué se le receta para el dolor y solicite evitar los opioides.
- En casos extremos, como traumatismos graves o dolor posquirúrgico, no se deben recetar analgésicos opioides durante más de cinco días a la vez.
- Los padres o tutores siempre deben controlar la administración de los analgésicos, y mantenerlos en un lugar seguro y no accesible.
- Los medicamentos no utilizados deben eliminarse de inmediato después de finalizar del tratamiento. Pregúntele al farmacéutico acerca de las ubicaciones de entrega o los kits de eliminación en el hogar, como Deterra o Medsaway.

Tabla 1: Cantidad de lesiones a nivel nacional en 2012 entre atletas menores de 19 años de 10 deportes populares
(Sobre la base de los datos del Sistema Nacional de Vigilancia Electrónica de Lesiones de la Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de los EE. UU.)

Deporte	Cantidad de lesiones
Fútbol americano	394,350
Baloncesto	389,610
Fútbol	172,470
Béisbol	119,810
Softball	58,210
Vóleibol	43,190

Deporte	Cantidad de lesiones
Lucha libre	40,750
Animación deportiva (Porrismo)	37,770
Gimnasia	28,300
Atletismo	24,910

Fuente: USA Today (Janet Loehrke), Encuesta sobre visitas a la sala de emergencias

Las lesiones deportivas pueden ocurrir aun con un entrenamiento y una prevención adecuados

Existen dos tipos de lesiones deportivas: Las lesiones agudas ocurren repentinamente, como un esguince de tobillo o distensión en la espalda. Las lesiones crónicas pueden ocurrir después de practicar un deporte o de hacer ejercicio durante un período largo de tiempo, aun cuando se aplican las técnicas de prevención de sobreesfuerzo[5].

Se debe alentar a los atletas a que hablen acerca de las lesiones, los entrenadores deben respaldar las decisiones de prevención de lesiones y se debe incentivar tanto a los padres como a los atletas jóvenes a educarse mejor acerca de la seguridad en los deportes[6].

¿Cuáles son algunas formas de reducir el riesgo de sufrir lesiones?[7]

La mitad de todas las lesiones en la medicina del deporte en niños y adolescentes se produce a causa del sobreesfuerzo. Una lesión por sobreesfuerzo es el daño a un hueso, músculo, ligamento o tendón causado por el estrés repetitivo que no cuenta con el tiempo necesario para que el cuerpo sane. Los niños y los adolescentes corren un mayor riesgo de sufrir lesiones por sobreesfuerzo porque los huesos en crecimiento son menos resistentes al estrés. Además, los atletas jóvenes pueden no saber que ciertos síntomas son signos de sobreesfuerzo.

La mejor forma de lidiar con las lesiones deportivas es evitar que sucedan desde el principio. Estas son algunas recomendaciones para tener en cuenta:

Preparación

Obtener la evaluación física previa a la participación antes de unirse a un equipo deportivo interescolar o interno patrocinado por la escuela.

Acondicionamiento

Mantener un buen nivel físico durante la temporada y fuera de esta. También son importantes los ejercicios adecuados de calentamiento y enfriamiento.

Jugar de manera inteligente

Probar una variedad de deportes y considerar especializarse en un deporte antes de la adolescencia tardía para ayudar a evitar las lesiones por sobreesfuerzo.

Hidratación adecuada

Mantener el cuerpo hidratado para ayudar al corazón a bombear sangre más fácilmente a los músculos, lo que permite que los músculos funcionen de manera eficiente.

Entrenamiento
Aumentar el tiempo de entrenamiento semanal, la cantidad de millas o las repeticiones en no más del 10 por ciento por semana. Por ejemplo, si corre 10 millas una semana, aumente a 11 millas la semana siguiente. Los atletas también deben realizar entrenamientos cruzados y ejercicios específicos del deporte de diferentes maneras, como correr en una piscina, en vez de correr solo en la pista.

Descanso
Tomarse, al menos, un día libre a la semana de la actividad programada para recuperarse física y mentalmente. Los atletas deben tomarse un descanso combinado de tres meses por año de un deporte específico (se puede dividir durante todo el año en incrementos de un mes). Los atletas pueden permanecer físicamente activos durante los períodos de descanso al realizar actividades alternativas de poco estrés, como la elongación, el yoga o caminar.

Equipo adecuado
Utilizar el equipo de protección adecuado y debidamente colocado, como almohadillas (cuello, hombro, codo, pecho, rodilla y espinilla), cascos, protectores bucales, protectores faciales, copas protectoras y gafas. No debe asumir que el equipo de protección evitará todas las lesiones mientras se realizan actividades más peligrosas o riesgosas.

Recursos para padres y alumnos sobre la prevención del consumo indebido y el abuso de sustancias
La siguiente lista proporciona algunos ejemplos de recursos:

National Council on Alcoholism and Drug Dependence–NJ (Consejo Nacional de Alcoholismo y Drogodependencia de Nueva Jersey) promueve el tratamiento de la adicción y la recuperación.

El **Departamento de Salud de Nueva Jersey, División de Servicios de Salud Mental y Adicciónes (New Jersey Department of Health, Division of Mental Health and Addiction Services)** se compromete a asegurar que sus programas y servicios reflejen prácticas de salud integrada y otras prácticas nacionales, son inclusivas, basadas en la evidencia, y basadas en la recuperación e impulsadas por el consumidor.

La **New Jersey Prevention Network (Red de Prevención de Nueva Jersey)** incluye un parent's quiz (cuestionario para padres) sobre los efectos de los opioides.

Operation Prevention Parent Toolkit (Kit de Herramientas para Padres de Prevención de la Operación) está diseñado para ayudar a los padres a aprender más sobre la epidemia de opioides, a reconocer las señales de advertencia y a abrir vías de comunicación con sus hijos y los de la comunidad.

Parent to Parent NJ (De Padre a Padre, NJ) es una base para familias y niños que luchan contra la adicción al alcohol y las drogas.

Partnership for a Drug Free New Jersey (Asociación para una Nueva Jersey Libre de Drogas) es la asociación antidrogas de Nueva Jersey creada para localizar y fortalecer los esfuerzos de los medios para la prevención del abuso de drogas a fin de evitar el consumo ilegal de drogas, en especial, entre los jóvenes.

The Science of Addiction (La Ciencia de la Adicción): The Stories of Teens (Historias de Adolescentes) comparte conceptos erróneos comunes sobre los opioides mediante la experiencia de adolescentes.

Youth IMPACTing NJ está formado por representantes juveniles de agrupaciones de todo el estado de Nueva Jersey que han causado una gran impresión en sus comunidades y pares al difundir información sobre los peligros del consumo de alcohol, de marihuana y de otras sustancias en los menores de edad.

Referencias

[1] Massachusetts Technical Assistance Partnership for Prevention
[2] Centers for Disease Control and Prevention
[3] New Jersey State Interscholastic Athletic Association (NJSIAA) Sports Medical Advisory Committee (SMAC)
[4] Athletic Management, David Csillan, athletic trainer, Ewing High School, NJSIAA SMAC
[5] National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases
[6] USA Today
[7] American Academy of Pediatrics

Esta hoja informativa fue desarrollada en enero de 2018 por el Departamento de Educación de Nueva Jersey, con asesoramiento del Departamento de Salud de Nueva Jersey, la Asociación Atlética Interescolar del Estado de Nueva Jersey y Karan Chauhan, alumna de la Escuela Secundaria Parsippany Hills que actúa como representante estudiantil en la Junta Estatal de Educación. Actualizado Jan. 30, 2018.

En la página web del Departamento de Educación de Nueva Jersey, está disponible una versión en línea de esta ficha informativa sobre Alcohol, Tobacco, and Other Drug Use (Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas)

1161 Route 130, P.O. Box 487, Robbinsville, NJ 08691 609-259-2776 609-259-3047-Fax

POLÍTICA DE PRUEBAS DE ESTEROIDES NJSIAA
CONSENTIMIENTO PARA PRUEBAS AL AZAR

72 Decreto expedido el 20 de diciembre de 2005, gobernador Richard Codey dirigió el Departamento de Educación de New Jersey a trabajar en conjunto con el New Jersey estado atlética de Interscholastic Asociación (NJSIAA) para desarrollar e implementar un programa de azar prueba para esteroides, de equipos y personas para juegos de campeonato.

A partir de la caída, la temporada deportiva 2006, cualquier estudiante atleta que posee, distribuye, ingiere o si no utiliza cualquiera de las sustancias prohibidas en la página adjunta, sin receta médica por un médico con licencia, según lo reconocido por el American Asociación Médica, para tratar una condición médica, viola la regla de deportividad de NJSIAA y está sujeto a sanciones NJSIAA, incluyendo la inhabilitación de la competencia. El NJSIAA a prueba ciertos individuos seleccionados al azar y los equipos que califican para un torneo del Campeonato del estado o competencia de Campeonato Estatal de sustancias prohibidas. Los resultados de todas las pruebas se considerará confidenciales y sólo se mencionará a los estudiantes, sus padres y su escuela. Ningún estudiante podrá participar en concurso de NJSIAA a menos que el estudiante y el padre/tutor consienten a pruebas al azar.

Al firmar abajo, consentimos a pruebas al azar según el esteroide NJSIAA prueba política. Entendemos que, si el estudiante o el equipo del estudiante califica para un torneo del Campeonato del estado o competencia de campeonato estatal, el estudiante puede ser sujeto a pruebas de sustancias prohibidas.

Firma del estudiante atleta	Escriba el nombre del alumno-deportista	Date
Firma del padre o tutor	Escriba el nombre del padre/tutor	Date

May 1, 2010

LESIONES OCULARES RELACIONADAS CON EL DEPORTE:

HOJA INFORMATIVA EDUCATIVA PARA PADRES

Participar en deportes y actividades recreativas es una parte importante de un estilo de vida saludable y físicamente activo para los niños. Desafortunadamente, las lesiones pueden ocurrir y, de hecho, ocurren. Los niños tienen un riesgo especial de sufrir una lesión ocular relacionada con los deportes y la mayoría de estas lesiones se pueden prevenir. Cada año, más de 30,000 niños sufren graves lesiones oculares relacionadas con los deportes. Cada 13 minutos, se trata una lesión ocular relacionada con los deportes en una sala de emergencias en los Estados Unidos.[1] Según el National Eye Institute, los deportes con mayor tasa de lesiones oculares son: béisbol/softbol, hockey sobre hielo, deportes de raqueta y baloncesto, seguidos de esgrima, cruce, paintball y boxeo.

Afortunadamente, los padres pueden tomar medidas para garantizar la seguridad de sus hijos en el campo, en la cancha o en cualquier lugar donde jueguen o participen en deportes y actividades recreativas.

Prevención de lesiones oculares relacionadas con el deporte

Aproximadamente el 90 % de las lesiones oculares relacionadas con los deportes se pueden prevenir con precauciones sencillas, como el uso de gafas protectoras.[2] **Cada deporte tiene un tipo de gafas protectoras recomendado, según lo determinado por la Sociedad Americana para Pruebas y Materiales (American Society for Testing and Materials, ASTM). Las gafas protectoras deben colocarse cómodamente sobre la cara. Los equipos mal ajustados pueden ser incómodos y no ofrecer la mejor protección ocular. Las gafas protectoras para los deportes incluyen, entre otras cosas, gafas de seguridad, y deben estar hechas de lentes de policarbonato, un plástico fuerte y resistente a roturas. Las lentes de policarbonato son mucho más resistentes que las lentes normales.**[3]

Los proveedores de atención médica (Healthcare Providers, HCP), incluidos médicos de cabecera, oftalmólogos, optometristas y otros, desempeñan un papel fundamental en el asesoramiento a estudiantes, padres y tutores sobre el uso adecuado de las gafas protectoras. Para averiguar qué tipo de protección ocular está recomendado y permitido para el deporte de su hijo/a, visite el National Eye Institute en http://www.nei.nih.gov/sports/findingprotection.asp. Prevent Blindness America también ofrece consejos para elegir y comprar gafas protectoras en http://www.preventblindness.org/tips-buying-sports-eye-protectors y http://www.preventblindness.org/recommended-sports-eye-protectors.

Se recomienda que todos los niños que participen en deportes escolares o deportes recreativos lleven gafas protectoras. Los padres y los entrenadores deben asegurarse de que los atletas jóvenes protejan sus ojos y se preparen adecuadamente para el juego. Las gafas protectoras deben formar parte de cualquier uniforme para ayudar a reducir la aparición de lesiones oculares relacionadas con los deportes. Dado que muchos equipos de jóvenes no requieren protección ocular, es posible que los padres tengan que asegurarse de que sus hijos lleven gafas de seguridad o gafas protectoras cuando practiquen deporte. Los padres pueden dar un buen ejemplo usando gafas protectoras cuando practican deportes.

[1] National Eye Institute, National Eye Health Education Program, Sports-Related Eye Injuries: What You Need to Know and Tips for Prevention, www.nei.nih.gov/sports/pdf/sportsrelatedeyeInjuries.pdf, 26 de diciembre de 2013.

[2] Rodriguez, Jorge O., D.O., y Lavina, Adrian M., M.D., Prevention and Treatment of Common Eye Injuries in Sports, http://www.aafp.org/afp/2003/0401/p1481.html, 4 de septiembre de 2014; National Eye Health Education Program, Sports-Related Eye Injuries: What You Need to Know and Tips for Prevention, www.nei.nih.gov/sports/pdf/sportsrelatedeyeInjuries.pdf, 26 de diciembre de 2013.

[3] Bedinghaus, Troy, O.D., Sports Eye Injuries, http://vision.about.com/od/emergencyeyecare/a/Sports_Injuries.htm, 27 de diciembre de 2013.

Tipos más frecuentes de lesiones oculares

Los tipos más comunes de lesiones oculares que se pueden producir por los deportes son lesiones contundentes, abrasiones corneales y lesiones penetrantes.

✦ **Lesiones contundentes:** las lesiones contundentes se producen cuando el ojo se comprime de repente por el impacto de un objeto. Las lesiones contundentes, a menudo causadas por pelotas de tenis, raquetas, puños o codos, a veces causan un ojo morado o un hifema (sangrado delante del ojo). Las lesiones más graves y contundentes a menudo rompen los huesos cerca del ojo y a veces pueden dañar gravemente las estructuras oculares importantes o provocar pérdida de visión.

✦ **Abrasiones corneales:** las abrasiones corneales son rasguños dolorosos en el exterior del ojo o en la córnea. La mayoría de las abrasiones corneales finalmente se curan por sí solas, pero un médico puede evaluar mejor el alcance de la abrasión y puede recetar medicamentos para ayudar a controlar el dolor. La causa más frecuente de una abrasión corneal relacionada con el deporte es que un dedo golpea el ojo.

✦ **Lesiones penetrantes:** Las lesiones penetrantes son causadas por un objeto extraño que perfora el ojo. Estas son muy graves y a menudo provocan daños graves en el ojo. Estas lesiones se producen a menudo cuando las gafas se rompen mientras se llevan puestas. Las lesiones penetrantes deben tratarse rápidamente para preservar la visión.[4]

Signos o síntomas de una lesión ocular

- Dolor al mirar hacia arriba o hacia abajo, o dificultad para ver
- Sensibilidad
- Ojo hundido
- Visión doble
- Hinchazón intensa de los párpados y la cara
- Dificultad de seguimiento
- Tamaño o forma de pupila inusual del ojo
- Sangre en la parte transparente del ojo
- Entumecimiento de la parte superior de la mejilla y las encías
- Enrojecimiento intenso alrededor de la parte blanca del ojo

Qué hacer si se produce una lesión ocular relacionada con el deporte

Si un niño sufre una lesión ocular, se recomienda que reciba tratamiento inmediato de un HCP autorizado (p. ej., oftalmólogo) para reducir el riesgo de daño grave, incluida la ceguera. También se recomienda que el niño, junto con su padre/madre o tutor, busque orientación del HCP sobre la cantidad de tiempo adecuada que debe esperar antes de volver a la competición o práctica deportiva después de sufrir una lesión ocular. También se debe informar al personal de enfermería de la escuela y a los maestros del niño cuando este sufre una lesión ocular. Un padre/madre o tutor también debe proporcionar al personal de enfermería de la escuela una nota del médico que detalle la naturaleza de la lesión ocular, cualquier diagnóstico, las órdenes médicas para el regreso a la escuela, así como cualquier receta o tratamiento necesario para promover la curación, y la reanudación segura de las actividades normales, incluidos los deportes y las actividades recreativas.

Volver al juego y al deporte

Según el American Family Physician Journal, hay varias directrices que deben seguirse cuando el estudiantado vuelve a jugar después de sufrir una lesión ocular. Por ejemplo, el estudiantado que ha sufrido una lesión ocular significativa debe someterse a una evaluación completa para que el oftalmólogo u optometrista descarte cualquier peligro. Además, el estudiantado no debe volver a jugar hasta que haya transcurrido el periodo recomendado por su HCP. En el caso de lesiones oculares menores, el entrenador deportivo puede determinar que el estudiantado lleve gafas protectoras cuando vuelva a jugar y pedirle que le informe inmediatamente de cualquier preocupación con su visión. Es seguro que un estudiante reanude el juego en función de la naturaleza de la lesión y en cómo se siente. Independientemente del grado de sufrimiento de las lesiones oculares, se recomienda que el estudiantado lleve gafas protectoras cuando regrese a jugar y notifique inmediatamente cualquier preocupación sobre su visión a su entrenador o al formador deportivo.

Puede encontrar más información sobre la seguridad ocular en http://isee.nei.nih.gov y http://www.nei.nih.gov/sports.

[4]Bedinghaus, Troy, O.D., Sports Eye Injuries, http://vision.about.com/od/emergencyeyecare/a/Sports_Injuries.htm, 27 de diciembre de 2013.

< Anterior Siguiente >

Al Reglamento

Buscar políticas del distrito

Políticas del Distrito TOC

Política del Distrito

9163 - CÓDIGO DE CONDUCTA PARA ESPECTADORES EN EVENTOS INTERESCOLARES (M)

Sección: Comunidad
Fecha de creación: abril de 2025
Fecha de edición: abril de 2025

METRO

La Junta de Educación promueve un ambiente de juego física y emocionalmente seguro y saludable en los eventos interescolares e insiste en que los estudiantes atletas, entrenadores, oficiales y espectadores exhiban buen espíritu deportivo en todo momento en dichos eventos.

La Asociación Atlética Interescolar del Estado de Nueva Jersey (NJSIAA) exige que la Junta establezca políticas y procedimientos relacionados con la deportividad e identifique las responsabilidades de administradores, entrenadores y estudiantes para garantizar su cumplimiento. La NJSIAA exige que la Junta adopte una Política de Código de Conducta para Espectadores para todos los espectadores que asistan a un evento interescolar.

La(s) escuela(s) preparatoria(s) del distrito son miembros de la NJSIAA. La NJSIAA y la Junta exigen altos estándares de cortesía, juego limpio y deportividad en los eventos interescolares del distrito escolar y de la NJSIAA. La conducta antideportiva de una persona en un evento la someterá a medidas disciplinarias.

A los efectos de esta Política, un "evento local" significará cualquier evento que ocurra en los edificios del distrito escolar o en las instalaciones de la escuela.

A los efectos de esta Política, "terrenos escolares" también incluye otros lugares recreativos propiedad de municipios locales, entidades privadas u otros individuos durante aquellos momentos en que el distrito escolar tiene uso exclusivo de una porción del terreno.

1. La conducta antideportiva incluye, pero no se limita a, las acciones de un aficionado o espectador que:

   a. Golpea o abusa físicamente de un oficial, entrenador oponente, jugador, espectador, miembro del personal de la escuela o miembro de seguridad de la escuela;

   b. Incita intencionalmente a los participantes o espectadores a acciones violentas o abusivas;

   do. Utiliza gestos obscenos o lenguaje o acciones profanas o excesivamente provocativas hacia funcionarios, oponentes, espectadores, miembros del personal escolar o seguridad escolar; o

   d. Participa en conductas verbales o físicas acosadoras relacionadas con la raza, el género, la etnia, la discapacidad, la orientación sexual o la religión en un evento interescolar.

2. La Junta prohíbe la conducta o acciones antideportivas por parte de un espectador, que incluyen, entre otras:

   a. El uso de blasfemias, comentarios amenazantes o lenguaje sesgado antes, durante o después de un evento interescolar;

   b. Acoso verbal a un oficial o participante (es decir, entrenadores o jugadores de cualquier escuela participante) mediante el uso de nombres o números de uniforme;

   do. Ingresar al campo de juego antes, durante o después de un evento interescolar;

   d. Tener un altercado físico con un oficial, entrenador, jugador, miembro del personal de la escuela, seguridad de la escuela o espectador antes, durante o después de un evento interescolar;

   mi. El uso de matracas artificiales u otros instrumentos destinados a interrumpir el evento interescolar o distraer a los participantes durante un evento interescolar; o

   F. Cualquier conducta o acción antideportiva adicional que el Director o su designado determine que es conducta o acción antideportiva.

   gramo. Si la conducta antideportiva implica un posible acto delictivo, el director o su designado deberá comunicarse inmediatamente con la policía.

3. Marco disciplinario

   a. Si el Director o su designado determina que la conducta o las acciones de una persona están prohibidas por esta Política, la persona estará sujeta a las siguientes acciones disciplinarias:

      (1) Retiro inmediato del evento interescolar y del predio escolar;

      (2) Primera infracción (inicio del calendario de 365 días)

(a) Suspensión de asistir al siguiente (1) evento(s) local (es) por la actividad por la cual la persona fue retirada inmediatamente del predio escolar.

(3) Segunda infracción ocurrida dentro de los 365 días calendario siguientes a la primera infracción

(a) Suspensión de asistir a los próximos (3) tres eventos deportivos locales por la actividad por la cual la persona fue expulsada inmediatamente de las instalaciones escolares.

(4) Tercera infracción que ocurre dentro de los 365 días calendario siguientes a la primera infracción o más allá

(a) Suspensión de la asistencia a la -Todos los eventos deportivos locales correspondientes a la actividad en la que la persona fue retirada inmediatamente del predio escolar.

(5) El Superintendente o su designado, en consulta con el Director o su designado, podrá aumentar las acciones disciplinarias descritas en esta Política, dependiendo de la gravedad de la infracción.

b. Si el Director o su designado determina que una persona exhibió una conducta antideportiva en un evento deportivo interescolar local, pero no fue retirada inmediatamente del evento interescolar o de las instalaciones de la escuela en el momento de la conducta prohibida, la persona estará sujeta a las acciones disciplinarias descritas en esta Política.

do. En el caso de que el Director o su designado determine que una persona exhibió una conducta antideportiva en un evento interescolar que no se llevó a cabo en un edificio del distrito escolar o en las instalaciones de la escuela (evento fuera de la escuela), la persona estará sujeta a las acciones disciplinarias descritas en esta Política.

d. Una persona suspendida por el Director o su designado por tercera vez en un año calendario de eventos interescolares en el hogar por exhibir conducta o acciones que violen esta Política, independientemente del evento o actividad específica de la cual la persona fue suspendida, tendrá prohibido asistir a cualquier otro evento interescolar en el hogar en las escuelas del distrito o en las instalaciones escolares y deberá reunirse con el Director o su designado antes de que se le permita asistir a cualquier evento interescolar en el hogar adicional en las escuelas del distrito o en las instalaciones escolares. La persona deberá completar exitosamente un componente educativo según lo determine el Director o su designado antes de que se le permita asistir a cualquier evento en el hogar futuro en los edificios escolares o en las instalaciones escolares. El componente educativo incluirá un programa que aborde la conducta o acciones antideportivas que causaron que la persona fuera suspendida de los eventos interescolares.

mi. Una persona que no cumpla con los requisitos de suspensión de esta Política o se niegue a abandonar inmediatamente el edificio escolar o las instalaciones de la escuela por violar las disposiciones de esta Política puede ser denunciada a la policía para que la expulsen del edificio escolar o de las instalaciones de la escuela.

4. Apelaciones

a. Cualquier persona puede apelar la decisión del Director o su designado ante el Superintendente de Escuelas presentando una apelación por escrito dentro de los tres días calendario siguientes a la notificación de la suspensión del evento por parte del Director o su designado. El Superintendente tomará una decisión sobre la apelación por escrito dentro de los tres días hábiles siguientes a su recepción. La decisión del Superintendente puede apelarse ante la Junta de conformidad con las disposiciones de apelación de la Junta en la Política y Reglamento 9130 - Quejas y Reclamos Públicos.

Esta Política se entregará a los padres de los estudiantes deportistas que participen en programas interescolares del distrito. Deberán firmar un documento que confirme su recepción y comprensión de sus disposiciones. Este documento se entregará durante el proceso de inscripción deportiva de la escuela preparatoria antes de cada temporada.

Esta Política se pondrá a disposición del personal de NJSIAA previa solicitud. El personal de NJSIAA podrá compartir una copia de esta Política con otra escuela miembro cuando corresponda.

Se publicará una lista de conductas o acciones antideportivas en todos los lugares donde se celebren eventos del distrito escolar en la medida que sea razonablemente posible.

El incumplimiento por parte de una escuela miembro de las disposiciones de esta Política podrá resultar en medidas disciplinarias por parte de la NJSIAA. Además de las sanciones establecidas por la NJSIAA, la NJSIAA podría prohibirle a una escuela que no cumpla con su Política organizar un torneo estatal de la NJSIAA.

Política del Código de Conducta para Espectadores de NJSIAA – Revisada el 8 de mayo de 2024

Adoptado: 30 de abril de 2025