

## RECOMENDACIONES AL RECIBIR EL ALTA DESPUÉS DE UN TRAUMATISMO CRANEAL

Como ya ha sido informado/informada, usted ha padecido un traumatismo craneal leve. A pesar de que en la exploración y en las pruebas no se han apreciado signos de gravedad, es conveniente que durante las **próximas 24 horas** siga estas recomendaciones.

### Recomendaciones

- Permanezca en reposo y evite la luz y los ruidos intensos.
- Si tiene dolor de cabeza, tome los analgésicos que el médico le ha prescrito en las dosis que le ha indicado.
- Tome alimentos ligeros y en pequeñas cantidades. No se esfuerce en comer si no tiene hambre.
- No beba alcohol ni tome sedantes.
- Aplique frío durante no más de quince o veinte minutos en la zona del golpe y en los intervalos de tiempo que le han indicado. Si aplica hielo, proteja la zona dolorida con un paño para evitar quemaduras.
- Puede dormir, pero deben despertarle cada tres horas para comprobar su estado y para que responda preguntas sencillas.
- Si el paciente es un niño, debe estar acompañado permanentemente por un adulto para poder reconocer los signos de alarma si se presentan.

Si siente alguno de los signos siguientes, acuda nuevamente al Servicio de Urgencias. Debe llevar el informe de alta y las pruebas que le hayan hecho anteriormente.

### Signos de alarma

- Pérdida del conocimiento.
- Tendencia anormal a dormirse o dificultad para despertarse.
- Dolor de cabeza persistente e intenso que no mejora con los analgésicos prescritos.
- Vómitos repentinos o persistentes, especialmente si no están precedidos de náuseas o no tienen relación con la comida.
- Irritabilidad, alteración del carácter, desorientación o confusión.
- Dificultad para hablar o expresarse.
- Tamaño de las pupilas claramente diferente (si no lo era antes de sufrir el traumatismo).
- Visión doble o borrosa.
- Pérdida de fuerza en alguna de las extremidades.
- Convulsiones.