

HOJA INFORMATIVA sobre la conmoción cerebral



Esta hoja contiene información que ayuda a proteger a sus hijos o adolescentes de una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave. Use esta información en los juegos y las prácticas de sus hijos o adolescentes para aprender a identificar una conmoción cerebral y saber qué hacer en caso de que ocurra.

¿Qué es una conmoción cerebral?

Una conmoción cerebral es un tipo de lesión cerebral traumática o TBI (por sus siglas en inglés) causada por un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o por un golpe en el cuerpo que hace que la cabeza y el cerebro se muevan rápida y repentinamente hacia adelante y hacia atrás. Este movimiento rápido puede hacer que el cerebro rebote o gire dentro del cráneo y provoque cambios químicos en el cerebro, y a veces hace que las células cerebrales se estiren y se dañen.

¿Cómo puedo mantener a mis hijos o adolescentes seguros?

Los deportes son una buena manera para que los niños y adolescentes se mantengan saludables y los ayudan a que les vaya bien en la escuela. Para reducir las probabilidades de que sus hijos o adolescentes sufran una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave, usted debe:

- Ayudar a crear una cultura de seguridad para el equipo.
 - Junto con el entrenador enseñe maneras de disminuir las probabilidades de sufrir una conmoción cerebral.
 - Hable con sus hijos o adolescentes sobre las conmociones cerebrales y pregúnteles si les preocupa tener que notificar una conmoción cerebral. Hable sobre las preocupaciones que tengan y déjeles saber que es la responsabilidad de ellos, y que está bien, notificar una conmoción cerebral y tomarse el tiempo necesario para recuperarse.
 - Asegúrese de que sigan las reglas de seguridad del entrenador y las reglas del deporte.
 - Explíqueles a sus hijos o adolescentes que espera que mantengan el espíritu deportivo en todo momento.
- Enseñarles que deben usar un casco para disminuir la probabilidad de sufrir los tipos de lesiones cerebrales o de la cabeza más graves, si es adecuado para el deporte o la actividad que practiquen. Sin embargo, no existe un casco que sea a prueba de conmociones cerebrales, por lo tanto, hasta con un casco es importante que los niños y adolescentes eviten los golpes en la cabeza.



Planifique. ¿Qué le gustaría que su hijo o adolescente supiera sobre las conmociones cerebrales?

¿Cómo puedo identificar una posible conmoción cerebral?

Los niños y adolescentes que muestran o notifican uno o más signos y síntomas enumerados a continuación, o simplemente dicen que no se “sienten del todo bien” después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o el cuerpo, podrían tener una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave.

Signos observados por padres o entrenadores

- Parece estar aturdido o desorientado.
- Se olvida de una instrucción, está confundido sobre su deber o posición, o no está seguro del juego, puntaje o de quién es su oponente.
- Se mueve con torpeza.
- Responde a las preguntas con lentitud.
- Pierde el conocimiento (aunque sea por poco tiempo).
- Muestra cambios de ánimo, comportamiento o personalidad.
- No puede recordar eventos antes o después de un golpe o una caída.

Síntomas reportados por niños y adolescentes

- Dolor de cabeza o “presión” en la cabeza.
- Náuseas o vómitos.
- Problemas de equilibrio o mareo, o visión borrosa o doble.
- Sensibilidad a la luz o al ruido.
- Se siente débil, desorientado, aturdido o grogui.
- Confusión o problemas de concentración o memoria.
- No se siente “del todo bien” o no tiene “ganas de hacer nada”.

Hable con sus hijos y adolescentes sobre las conmociones cerebrales. Pídale que notifiquen los síntomas de conmoción cerebral de inmediato tanto a usted como al entrenador. Algunos niños y adolescentes piensan que las conmociones cerebrales no son graves, mientras que a otros les preocupa perder su puesto en el equipo o ser vistos como débiles si notifican una conmoción cerebral. Asegúrese de recordarles que *es mejor perder un juego que toda la temporada.*

Enero de 2021



www.cdc.gov/HEADSUP

LAS CONMOCIONES CEREBRALES AFECTAN A CADA NIÑO Y ADOLESCENTE DE MANERA DIFERENTE.

Aunque la mayoría de los niños y adolescentes se sienten mejor a las pocas semanas, algunos tendrán síntomas por meses o aún más. Hable con el proveedor de atención médica de sus hijos o adolescentes si los síntomas de conmoción cerebral no desaparecen o empeoran después de que regresan a sus actividades normales.

¿Cuáles son algunos signos de peligro más graves a los que debo prestar atención?

En raras ocasiones, después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o en el cuerpo puede acumularse sangre (hematoma) de forma peligrosa en el cerebro y ejercer presión contra el cráneo. Llame al 9-1-1 o lleve a su hijo o adolescente a la sala de urgencias de inmediato si después de un golpe, impacto o sacudida en la cabeza o el cuerpo, presenta uno o más de estos signos de riesgo:

- Una pupila más grande que la otra.
- Mareo o no puede despertarse.
- Dolor de cabeza persistente y que además empeora.
- Dificultad de dicción, debilidad, entumecimiento o menor coordinación.
- Náuseas o vómitos, convulsiones o ataques (temblores o espasmos) periódicos.
- Comportamiento inusual, mayor confusión, inquietud o nerviosismo.
- Pérdida del conocimiento (desmayado o inconsciente).

➤ **Los niños y adolescentes** que continúan jugando cuando tienen síntomas de conmoción cerebral o que regresan a jugar muy pronto, mientras el cerebro todavía se está curando, tienen mayor probabilidad de sufrir otra conmoción cerebral. Una conmoción cerebral repetida que ocurre mientras el cerebro todavía se está curando de la primera lesión puede ser muy grave y puede afectar al niño o adolescente de por vida; y hasta podría ser mortal.

¿Qué debo hacer si creo que mi hijo o adolescente ha sufrido una conmoción cerebral?

Como padre, si usted cree que su hijo o adolescente puede tener una conmoción cerebral, usted debe:

1. Retirarlo del juego.
2. No permitir que su hijo o adolescente regrese a jugar el día de la lesión. Su hijo o adolescente debe ver a un proveedor de atención médica y solo podrá regresar a jugar con el permiso de un profesional médico con experiencia en la evaluación de conmociones cerebrales.
3. Pedirle al proveedor de atención médica de su hijo o adolescente que le dé instrucciones por escrito sobre cómo ayudarlo a que regrese a la escuela. Usted puede darle indicaciones a la enfermera de la escuela y a los maestros e instrucciones al instructor o entrenador deportivo sobre cómo su hijo o adolescente puede regresar al juego de la escuela y a los maestros e instrucciones al instructor o entrenador deportivo sobre cómo su hijo o adolescente puede regresar al juego.

Trate de no juzgar la gravedad de la lesión. Solo un proveedor de atención médica debe evaluar a un niño o adolescente de una posible conmoción cerebral. Los signos y síntomas de las conmociones cerebrales por lo general aparecen al poco tiempo de que ocurre la lesión. Sin embargo, al principio no sabrá qué tan grave es la conmoción cerebral y es posible que algunos síntomas no aparezcan por varias horas o días.

Después de una conmoción cerebral, el cerebro necesita tiempo para curarse. El regreso de un niño o adolescente a la escuela y a los deportes debe ser un proceso gradual dirigido y monitorizado cuidadosamente por un proveedor de atención médica.

Enero de 2021

Converse con su hijo o adolescente sobre los riesgos de una conmoción cerebral y otras lesiones cerebrales graves y haga que cada persona firme lo siguiente.

Separe la sección de abajo y mantenga esta hoja informativa para usarla en los juegos y las prácticas de sus hijos o adolescentes con el fin de protegerlos de las conmociones cerebrales u otras lesiones cerebrales graves.

- ☐ **Aprendí sobre las conmociones cerebrales y hablé con uno de mis padres o mi entrenador sobre lo que debo hacer si sufro una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave.**

Nombre del atleta: _____ Fecha: _____

Firma del atleta: _____

- ☐ **He leído esta hoja informativa para padres sobre conmoción cerebral con mi hijo o adolescente y hablamos sobre lo que debe hacer si tiene una conmoción cerebral u otra lesión cerebral grave.**

Nombre del padre o tutor legal: _____ Fecha: _____

Firma del padre o tutor legal: _____

Documento de Divulgación y Consentimiento de Participantes y Padres

TENGA EN CUENTA: Es responsabilidad del padre o tutor notificar al colegio si existen problemas individuales únicos que no figuran en los Formularios de Evaluación Física Pre-participación.

Instituto Star Valley

Nombre del colegio estudiantil

Nombre del proveedor de seguro médico

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO

DECLARACIÓN DE PERMISO, APROBACIÓN Y RECONOCIMIENTO DEL PADRE O TUTOR:

Al firmar, yo, el padre o tutor legal del estudiante hago:

- Por la presente consiento que el estudiante designado participe en el programa deportivo interescolar de la escuela mencionada anteriormente. Este contenido incluye desplazamientos hacia y desde competiciones deportivas y sesiones de entrenamiento.
- Consentimiento adicional para el tratamiento considerado necesario por los profesionales sanitarios designados por las autoridades escolares para cualquier enfermedad o lesión derivada de su participación deportiva.
- Reconoce que existe un riesgo de posible lesión en toda práctica deportiva. Además, soy consciente de que las lesiones potenciales pueden ser graves, incluyendo condiciones como: fracturas, lesiones cerebrales, parálisis o incluso la muerte.
- Reconozca y da tu consentimiento para que una copia de este formulario permanecerá en el centro del estudiante. Estoy de acuerdo en que si la salud de mi hijo cambia y se modifica esta evaluación, notificaré al colegio lo antes posible, pero en un plazo no superior a 10 días.
- Por la presente reconozco haber recibido educación y recibir información por escrito sobre los signos, síntomas y riesgos de las conmociones cerebrales relacionadas con el deporte. También reconozco que he leído y acepto cumplir con la Política y/o política de Gestión de Conmociones de la WHSAA del colegio mencionado anteriormente.
- Entiendo que mi desempeño como participante y la reputación de mi centro dependen, en parte, de mi conducta como individuo. Por la presente acepto y cumplo con los estándares, normas y regulaciones establecidos por el Instituto Star Valley, la Junta de Síndicos del Distrito Escolar #2 del Condado de Lincoln y los patrocinadores de la actividad en la que participo. También autorizo al Instituto Star Valley a realizar pruebas de drogas. También autorizo la divulgación de información sobre los resultados de dicha prueba al Instituto Star Valley y a mis padres o tutores. Esto se considerará un consentimiento conforme a la Ley de Derecho a la Privacidad de la Familia para la divulgación de la información mencionada a las partes mencionadas anteriormente.

Declaración del estudiante

Al firmar reconozco:

- Esta solicitud para competir en deportes interescolares para la escuela mencionada es totalmente voluntaria por mi parte y se presenta con el entendimiento de que no he infringido ninguna de las normas y reglamentos de elegibilidad de la Asociación de Actividades de Institutos de Wyoming.
- Mi responsabilidad es informar a mis entrenadores y a mis padres/tutores sobre enfermedades o lesiones que sufro.
- Habiendo recibido educación, incluyendo la obtención de información por escrito sobre señales, síntomas y riesgos de conmociones cerebrales relacionadas con el deporte. También reconozco mi responsabilidad de informar a mis entrenadores y a mis padres/tutores cualquier signo o síntoma de una conmoción.
- Entiendo que mi desempeño como participante y la reputación de mi centro dependen, en parte, de mi conducta como individuo. Por la presente acepto y cumplo con los estándares, normas y regulaciones establecidos por el Instituto Star Valley, la Junta de Síndicos del Distrito Escolar #2 del Condado de Lincoln y los patrocinadores de la actividad en la que participo. También autorizo al Instituto Star Valley a realizar pruebas de drogas. También autorizo la divulgación de información sobre los resultados de dicha prueba al Instituto Star Valley y a mis padres o tutores. Esto se considerará un consentimiento conforme a la Ley de Derecho a la Privacidad de la Familia para la divulgación de la información mencionada a las partes mencionadas anteriormente.

FORMULARIO DE ACTIVIDAD/PARTICIPACIÓN DEPORTIVA

DECLARACIÓN DE FILOSOFÍA

Los programas de actividades en los institutos de Star Valley están diseñados como una parte importante de la educación de los jóvenes. Las actividades patrocinadas por el colegio están disponibles para los estudiantes de secundaria para enseñar cosas como trabajo en equipo, competición, juego limpio, autoestima, ética de trabajo e integridad. Los estudiantes participantes reciben instrucción que ayuda a desarrollar habilidades personales y también se les ofrecen oportunidades para actuar, lo que refuerza el aprendizaje.

La participación en el programa de actividades es un privilegio concedido conjuntamente por el colegio y el tutor legal del participante. El privilegio de participación puede ser denegado en cualquier momento por el tutor legal y también puede ser denegado por el colegio, si existe causa justificada.

El programa de actividades es una extensión del programa académico y debe considerarse como tal. Los programas académicos deben tener prioridad en términos de recursos del distrito y esfuerzo estudiantil. Un programa académico eficaz, combinado con un programa de actividades eficaz, debe proporcionar las habilidades y experiencia que ayuden al estudiante de secundaria a encaminar una vida exitosa.

A continuación se presenta una lista de normas que ayudarán a garantizar un programa equitativo y de calidad para todos los participantes. Se espera que los estudiantes lean las normas y las respeten.

Norma de Salud de la Sección I

No se permite el uso, venta, distribución, posesión o estar bajo la influencia de drogas ilícitas, sustancias controladas, alcohol o tabaco en ninguna forma. La consecuencia de no cumplir con estos estándares de salud es el despido inmediato del equipo, grupo o oficina de clase por el resto de la temporada deportiva según lo definido por la WHSAA. Cualquier carta, reconocimiento o reconocimiento de postemporada será denegado. Las consecuencias adicionales por esta infracción quedarán a discreción de la Administración y podrán trasladarse a actividades futuras. Esto puede incluir la suspensión o la denegación de participar en actividades distintas a las que se produjeron la infracción. Las temporadas para los programas no deportivos designados por la WHSAA serán definidas por el entrenador/asesor y la Administración. Los entrenadores y administradores se reservan el derecho de NO escribir una carta de recomendación para fines posteriores a la escuela secundaria basándose en una violación de este código. Si la infracción ocurre durante el último evento culminante del curso escolar, el estudiante deberá completar un programa de recompra aprobado por la administración para poder recuperar el estado regular para el año siguiente.

Si estás con un grupo que incumple tus normas de formación, serás considerado culpable. Los participantes que se encuentren presentes donde se consuma alcohol, tabaco, drogas ilegales u otras sustancias que alteren la mente enfrentarán una suspensión inmediata de dos semanas si no se marchan de inmediato o si no hacen que las personas que trajeron la sustancia se marchen inmediatamente.
Durante el periodo de suspensión, el estudiante debe asistir a los entrenamientos, pero no podrá competir. Una segunda infracción de esta norma conllevará una suspensión inmediata de actividades hasta el final del curso escolar.

Sección II Estándar Académico

Los estudiantes deben mantener una nota aprobada en todas las asignaturas durante la temporada. La elegibilidad se determinará semanalmente. Se advertirá a los estudiantes y se les dará una semana para trabajar estrechamente con el profesor en la corrección de problemas académicos. Si el estudiante sigue sin aprobar una asignatura por segunda semana consecutiva, será suspendido del evento de esa semana. Los estudiantes permanecerán suspendidos hasta que se cumpla la elegibilidad de la semana siguiente. Los informes de elegibilidad se elaboran los lunes. Además, si un estudiante es sorprendido haciendo trampas, no podrá participar en el evento de esa semana. Si no es elegible durante tres semanas durante la temporada o sorprendido copiando una segunda vez, ese estudiante será expulsado del equipo o grupo.

Es responsabilidad del estudiante controlar sus notas y pedir deberes a los profesores **ANTES** de salir de viaje.

Sección III Estándar de Buena Ciudadanía

1. El estudiante evitará la suspensión u otra medida disciplinaria por mala conducta o absentismo. No hacer el check-out adecuado en la oficina o no asistir a clase hasta que sean liberados como equipo se considera una ausencia injustificada.
2. Ningún estudiante puede participar en una actividad si ha estado ausente del colegio el día de la misma. Circunstancias especiales deben aclararse previamente a través de la Administración del centro, pero deben hacerse ANTES de la ausencia. No hacerlo resultará en no participar en la práctica o evento de ese día.

3. La mala conducta incluye cualquier conducta que pueda causar vergüenza al equipo o al colegio. Las consecuencias por una mala conducta quedarán a discreción de la Administración.

Sección IV Otras normas

1. Los horarios de toque de queda serán comunicados y aplicados por entrenadores y asesores.
2. Puede haber otras normas, directrices o constituciones aplicables determinadas por el club, grupo u otra organización competitiva correspondiente y/o los asesores y la administración del instituto.
3. Cada entrenador o patrocinador informará a los participantes de cualquier norma adicional que se aplique a su deporte o grupo, con la consecuencia de una infracción de cada norma. Cada entrenador o patrocinador se reserva el derecho de expulsar a cualquier estudiante de su equipo o grupo a su discreción.
4. Al firmar este formulario de consentimiento, otorgas a Star Valley High School el derecho a usar la foto, estadísticas, nota, peso, altura, etc. de tus alumnos. Si no deseas que esta información se haga pública, por favor contacta con la oficina de orientación escolar.

Sección V Otras normas Conducta de las actividades Participantes en excursiones

Los participantes en la actividad están bajo la jurisdicción del asesor escolar y están sujetos a su dirección. Se espera que los estudiantes participantes cumplan en todo momento con las normas establecidas. Las revisiones de equipaje y habitación pueden realizarse a discreción del asesor. Al viajar, se recomienda encarecidamente a los estudiantes que realicen el viaje de regreso a casa con su equipo. El transporte alternativo desde eventos solo estará permitido bajo los términos indicados en el "Formulario de Solicitud de Transporte Alternativo y Renuncia a Responsabilidad".

Además, se han establecido las siguientes normas para asegurar que el comportamiento de los estudiantes que representan a Star Valley High Schools en excursiones refleje altos estándares y expectativas:

1. La infracción de los Estándares de Salud establecidos, o de cualquier norma mencionada a continuación, durante una excursión escolar resultará en la expulsión. Si esto ocurre, los padres serán responsables del transporte de vuelta a casa desde el evento.
2. Los estudiantes que no se vestan adecuadamente o no demuestren buena ciudadanía según lo consideren el acompañante, el conductor del autobús o el profesor supervisor, estarán sujetos a medidas disciplinarias por parte de la administración escolar. Esto puede implicar suspensión del colegio o suspensión de futuras actividades escolares.
3. No se permitirá que las niñas entren en las habitaciones de los chicos, ni los chicos en las de las chicas, en ninguna actividad. **La infracción de esta normativa resultará en el despido inmediato del equipo, grupo o oficina de clase.** Las consecuencias adicionales por esta infracción quedarán a discreción de la Administración y podrán trasladarse a actividades futuras. Esto puede incluir la participación en actividades distintas a las que se produjo la infracción.
4. Si se produce vandalismo o hurto en tiendas durante un viaje patrocinado por el colegio, el estudiante enfrentará una suspensión inmediata. Si se produce una segunda infracción, al culpable se le negará la participación en todas las actividades durante el resto del curso escolar. Robar a un compañero de equipo supondrá una suspensión automática para la temporada.
5. Cualquier estudiante que incumpla la ley durante un viaje patrocinado por el colegio será entregado a la policía. Esto incluye delitos por hurto, vandalismo, drogas o alcohol, etc.

Normas de participación de la Asociación de Actividades de Escuelas Secundarias de Wyoming (WHSAA)

El estudiante debe cumplir todos los requisitos de elegibilidad establecidos por la W.H.S.A.A. Estas normas son estándares mínimos y pueden ser incrementadas por la escuela en cualquier momento.

Las consecuencias por infracciones que no se apliquen directamente a ninguno de los escenarios mencionados anteriormente quedarán a discreción de la Administración y del patrocinador/entrenador de la actividad.

He leído TODO lo anterior, el Código de Elegibilidad y Formación de Star Valley High School para estudiantes que participan en actividades. Acepto seguir todas las normas según lo estipulado y acepto estar sujeto a las sanciones si no las sigo.

Firma del estudiante: _____ Fecha: _____

He leído TODO lo anterior y el Código de Elegibilidad y Formación de SVHS. Entiendo que mi alumno debe aceptar seguir todas las normas estipuladas y estará sujeto a sanciones si no las cumple.

Además, soy consciente de que participar en cualquier actividad escolar puede implicar el potencial de lesión inherente a todos los deportes o actividades. Reconozco que, incluso con el mejor entrenamiento/supervisión, el uso del equipo de protección más avanzado y el estricto cumplimiento de las normas, las lesiones siguen siendo una posibilidad. En raras ocasiones, estas lesiones pueden ser tan graves que resultan en discapacidad total, parálisis o incluso la muerte.

Entiendo que los institutos de Star Valley NO cuentan con seguro médico o dental para los estudiantes y que la compra de estos es responsabilidad del padre o tutor legal del estudiante.

En caso de emergencia en la que no se nos pueda localizar, autorizamos a los responsables de Star Valley High Schools, Distrito Escolar del Condado de Lincoln #2, a contactar con cualquier médico autorizado para que realice el tratamiento que considere razonablemente necesario para la salud de nuestro mencionado menor. También entendemos que los gastos incurridos como resultado del uso o tratamiento de emergencia de la ambulancia por parte de médicos no serán asumidos ni por el colegio ni por el personal escolar.

Acepto que mi hijo o hija participe en la actividad mencionada anteriormente.

Firma del padre: _____ Fecha: _____

ASOCIACIÓN DE ACTIVIDADES DE LAS ESCUELAS
PREPARATORIAS DE WYOMING

EXAMEN FÍSICO ESCOLAR
HISTORIAL MÉDICO

LA DECLARACIÓN DEL MÉDICO DEBE SER FECHADA DESPUÉS DEL 1 DE MAYO PARA SER VÁLIDA PARA EL PRÓXIMO AÑO ESCOLAR

Nombre _____ Sexo _____ Edad _____ Fecha de Nacimiento _____ Grado _____

Escuela _____ Deporte(s) _____ Dirección _____

Teléfono _____ Doctor Personal _____ En _____

caso de emergencia, contactar a: Nombre _____ Relación _____ Teléfono (Casa) _____ (Trabajo) _____

Marca "Si" en donde corresponda. Circula la pregunta de la que no sepas las respuestas.

1. ¿Has tenido alguna enfermedad o lesión médica desde tu último chequeo médico o físico deportivo?	Si ☐	No ☐	10. ¿Utilizas algún equipo o dispositivo de protección o de corrección especial que no se usa normalmente para tu deporte o posición (por ejemplo, rodillera, enroscamiento especial para el cuello, ortesis de pie, retenedor en los dientes, audífonos)?	Si ☐	No ☐
2. ¿Alguna vez has estado hospitalizado durante la noche?	☐	☐	11. ¿Has tenido algún problema con tus ojos o visión?	☐	☐
3. ¿Estás tomando actualmente algún medicamento prescrito o píldoras (de venta libre) o usas algún inhalador?	☐	☐	Usas anteojos, lentes de contacto o protección para los ojos?	☐	☐
4. ¿Tienes alguna alergia (por ejemplo, al polen, medicamentos, alimentos o insectos)?	☐	☐	12. ¿Alguna vez has tenido un esguince, distensión o hinchazón después de una lesión?	☐	☐
5. ¿Alguna vez te has desmayado durante o después del ejercicio?	☐	☐	¿Te has roto o fracturado algún hueso o dislocado algunas articulaciones?	☐	☐
¿Alguna vez te has mareado durante o después del ejercicio?	☐	☐	¿Has tenido algún otro problema con dolor o hinchazón en músculos, tendones, huesos o articulaciones?	☐	☐
¿Alguna vez has tenido dolor en el pecho durante o después del ejercicio?	☐	☐	<i>Si es así, marca las casillas correspondientes donde esto padecimientos han ocurrido.</i>		
¿Te cansas más rápido que tus amigos durante el ejercicio?	☐	☐	☐ Cabeza ☐ Codos ☐ Cadera		
¿Alguna vez has tenido latidos cardíacos acelerados o saltos de palpitaciones?	☐	☐	☐ Cuello ☐ Antebrazo ☐ Muslo		
¿Has tenido presión arterial alta o colesterol alto?	☐	☐	☐ Espalda ☐ Muñeca ☐ Rodilla		
¿Te han dicho alguna vez que tienes un soplo cardíaco?	☐	☐	☐ Pecho ☐ Mano ☐ Pantorrilla/Espinilla		
¿Algún miembro de tu familia o pariente ha muerto de problemas cardíacos o de muerte súbita antes de los 50 años?	☐	☐	☐ Hombro ☐ Dedo ☐ Tobillo		
¿Has tenido alguna infección viral grave (por ejemplo, miocarditis o mononucleosis) en este último mes?	☐	☐	☐ Parte superior del brazo ☐ Pie		
¿Alguna vez un médico te ha negado o restringido tu participación en deportes por algún problema cardíaco?	☐	☐	13. ¿Quieres pesar más o menos de lo que pesas ahora?	☐	☐
6. ¿Tienes algún problema cutáneo actual (por ejemplo, picazón, erupciones cutáneas, acné, verrugas, hongos o ampollas)?	☐	☐	¿Pierdes peso con regularidad para cumplir con los requisitos de peso de tu deporte?	☐	☐
7. ¿Alguna vez has tenido una lesión en la cabeza o una conmoción cerebral?	☐	☐	14. ¿Te sientes estresado(a)?	☐	☐
¿Alguna vez te has quedado inconsciente, has perdido el conocimiento o has perdido la memoria?	☐	☐	15. ¿Tienes tu o alguien de tu familia, el rasgo o la enfermedad de células falciformes?	☐	☐
¿Has tenido convulsiones alguna vez?	☐	☐	SOLO MUJERES		
¿Te dan dolores de cabeza frecuentes o intensos?	☐	☐	16. ¿Cuándo fue tu primer período menstrual?	_____	
¿Alguna vez has tenido entumecimiento u hormigueo en tus brazos, manos, piernas o pies?	☐	☐	¿Cuándo fue tu período menstrual más reciente?	_____	
¿Alguna vez has tenido un aguijón, un ardor o un nervio pinzado?	☐	☐	¿Cuánto tiempo tienes normalmente desde el inicio de un período al comienzo del otro?	_____	
8. ¿Alguna vez te has sentido enfermo por hacer ejercicio en el calor?	☐	☐	¿Cuántos períodos ha tenido en el último año?	_____	
9. ¿Has tosido, con respiración ruidosa, o has tenido problemas para respirar durante o después de la actividad?	☐	☐	¿Cuál fue el tiempo más largo entre períodos en el último año?	_____	
¿Tienes Asma?	☐	☐	Explica las respuestas "Si" aquí	_____	
¿Tienes alergias estacionales que requieran tratamiento médico?	☐	☐	_____		

Por la presente declaro que, a mi leal saber y entender, mis respuestas a las preguntas anteriores son completas y correctas.

Firma del atleta _____ Firma del padre/guardián legal _____ Fecha _____

CONSENTIMIENTO DEL PADRE/TUTOR PARA ASISTENCIA MÉDICA DE EMERGENCIA

Por la presente autorizo _____ El Distrito Escolar y los miembros de la facultad a cargo de mi hijo(a) nombrados a continuación para obtener toda la atención médica necesaria para mi hijo(a) en caso de que no se me pueda localizar para autorizarlo yo mismo. Por la presente autorizo a cualquier médico y / o personal médico con licencia a brindar el tratamiento médico necesario a mi hijo(a).

Nombre Del Estudiante: _____ Numero de Teléfono del trabajo, Padre: _____

Dirección: _____ Madre: _____

Numero de teléfono de casa: _____

INFORMACIÓN DEL SEGURO: Empresa: _____ # de Poliza: _____

Persona Asegurada: _____

Persona Asegurada Numero de seguro social del titular de la poliza: _____

Al firmar se reconoce que hemos leído y entendido la advertencia anterior y damos consentimiento para la asistencia de emergencia que pueda ser necesaria.

Fecha: _____

Firma del padre/guardián legal: _____

WYOMING HIGH SCHOOL ACTIVITIES ASSOCIATION SCHOOL PHYSICAL EXAMINATION MEDICAL RECORD

PHYSICIANS STATEMENT MUST BE DATED AFTER MAY 1 TO BE VALID FOR THE UPCOMING SCHOOL YEAR

DATE OF EXAM: _____

Name _____		Date of Birth _____	
Height _____	Weight _____	% Body fat (optional) _____	Pulse _____ BP _____ / _____ (____ / ____ / ____)
Vision R 20 ____ / L 20/ _____		Corrected: Y ____ N ____	Pupils: Equal _____ Unequal _____

	NORMAL	ABNORMAL FINDINGS
MEDICAL		
Appearance		
Eyes/Ears/Nose/Throat		
Lymph Nodes		
Heart		
Pulses		
Lungs		
Abdomen		
Genitalia (males only)		
Skin		
MUSCULOSKELETAL		
Neck		
Back		
Shoulder/arm		
Elbow/forearm		
Wrist/hand		
Hip/thigh		
Knee		
Leg/ankle		
Foot		

*[] Cleared after completing evaluation/rehabilitation for: _____

*[] Not cleared for: _____ Reason: _____

Recommendations _____

CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL ESTUDIANTE / PADRE /GUARDIÁN LEGAL

La participación en todas las actividades requiere la aceptación del riesgo de posibles lesiones graves. El riesgo se puede minimizar siguiendo las reglas y procedimientos de sus entrenadores, familiarizándose con las reglas de la actividad y siguiendo las reglas específicas emitidas por los fabricantes para el uso seguro de su equipo de actividades. El riesgo siempre está ahí, pero puede ayudar a minimizarlo haciendo de la seguridad una responsabilidad compartida. Cuando toma la decisión de participar en una actividad, asume la responsabilidad compartida de seguir las reglas de las actividades, las reglas de los entrenadores y las reglas del fabricante del equipo. Ustedes, como participantes, pueden ayudar a que la actividad sea más segura al no usar intencionalmente técnicas que son ilegales y que pueden causar lesiones graves. Su firma a continuación indica que se le ha informado sobre la importancia de seguir las reglas en la participación en las actividades; y se da cuenta de que existe el riesgo de lesionarse que es inherente a todas las actividades. Se da cuenta de que el riesgo de lesiones puede ser grave, incluyendo el riesgo de fracturas, lesiones cerebrales, parálisis o incluso muerte.

Programas de actividades específicamente excluidos: _____

Fecha: _____ Firma de Padre de familia/Guardián: _____

Firma del estudiante: _____

Distrito escolar n.º 2 del condado de Lincoln Grados 6-12

PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES PRUEBAS DE DETECCIÓN DE DROGAS ACUERDO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nombre del estudiante _____

Grado _____

El Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln valora la participación de los estudiantes en actividades extracurriculares. La participación en actividades extracurriculares es un privilegio. Los participantes en las actividades actúan como representantes del Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln, sus comunidades y sus ideales. El LCSD n.º 2 apoya un programa de pruebas de detección de drogas para los estudiantes de los grados 6-12 que participan en actividades extracurriculares/programas interescolares de la WHSAA (Asociación de Actividades de Escuelas Secundarias de Wyoming).

Su propósito es triple:

1. Garantizar la salud y la seguridad de todos los participantes.
2. Servir como herramienta de prevención y contrarrestar los efectos de la presión de grupo, proporcionando a los participantes una razón legítima para rechazar el consumo de drogas.
3. Alentar a los estudiantes que consumen drogas a participar en un programa de tratamiento adecuado.

Como estudiante y padre/tutor:

- Entendemos y aceptamos que la participación en las actividades extracurriculares/programas interescolares de la WHSAA (Asociación de Actividades Escolares de Wyoming) es un privilegio que puede ser retirado por infringir la Política de pruebas de detección de drogas.
- Hemos leído la JFCI- Pruebas de detección de drogas para estudiantes que participan en actividades patrocinadas por la escuela y el procedimiento JCFI-R- Pruebas de detección de drogas para estudiantes que participan en actividades patrocinadas por la escuela, y comprendemos perfectamente las responsabilidades y consecuencias que conlleva participar en actividades del Distrito Escolar n.º 2 del Condado de Lincoln.
- Entendemos que todos los participantes en las actividades pueden ser sometidos a pruebas al comienzo de cualquier temporada de actividades.
- Entendemos que cuando los estudiantes participan en cualquier actividad extracurricular o programa interescolar de la WHSAA (Asociación de Actividades Escolares de Wyoming), se les exigirá que se sometan a pruebas aleatorias de detección de drogas en orina. Si el estudiante se niega, no se le permitirá participar en ninguna actividad extracurricular o programa interescolar de la WHSAA (Asociación de Actividades Escolares de Wyoming) hasta que cumpla con los requisitos para volver a la actividad.
- Si existe una sospecha razonable de que un participante está consumiendo una sustancia controlada o alcohol, el entrenador/asesor del programa debe informar de ello al director de actividades, al director del centro o a la persona designada. Si se determina que se debe realizar una prueba de drogas o alcohol, la administración hará un intento de buena fe para notificarlo a los padres, tutores o custodios del estudiante utilizando la información de contacto que figura en los registros de la escuela o del distrito. La administración de la escuela mantendrá un registro de los esfuerzos realizados para notificar lo dispuesto en este párrafo y de si la notificación se ha realizado con éxito. Si se rechaza la prueba de drogas o alcohol, se tratará según la política de la misma manera que una prueba positiva.
- Entendemos que esto es vinculante mientras el estudiante esté matriculado en el Distrito Escolar n.º 2 del Condado de Lincoln y/o participe en actividades extracurriculares/programas interescolares de la WHSAA (Asociación de Actividades Escolares de Wyoming).
- Autorizo al Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln a realizar pruebas de detección de drogas y alcohol para detectar el consumo de drogas y/o alcohol, ya sea de forma aleatoria o por sospecha razonable.
- Autorizo la divulgación de la información relativa a los resultados de dicha prueba al Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln y a los padres/tutores del estudiante.

Entiendo que mi rendimiento como participante y la reputación de mi escuela dependen, en parte, de mi conducta como individuo. He leído y comprendo el contenido de la política JFCI del Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln, «Pruebas de detección de drogas para estudiantes que participan en actividades patrocinadas por la escuela», y el procedimiento JCFI-R, «Pruebas de detección de drogas para estudiantes que participan en actividades patrocinadas por la escuela», y acepto cumplir las políticas, normas, reglas y reglamentos establecidos por el Distrito Escolar N.º 2 del Condado de Lincoln para la actividad en la que participo.

Al firmar este acuerdo, aceptamos cumplir todas las disposiciones de esta política.

Firma del estudiante

Fecha

Firma del padre/tutor

Fecha

*Ninguna disposición de esta política impide a los padres que sus hijos se sometan a pruebas en cualquier momento.

TU ELEGIBILIDAD EN LA ESCUELA SECUNDARIA

El propósito de este folleto es ayudarte a proteger tu elegibilidad, ya que la WHSAA cree que debes conocer las reglas que determinan tu elegibilidad. La mayoría de los alumnos que se encuentran inelegibles lo hacen por una de dos razones: (1) No conocen las reglas de elegibilidad, o (2) Ignoran estas reglas con la esperanza de que nadie descubra la infracción. Las reglas de la Asociación de Actividades de Escuelas Secundarias de Wyoming se explican en los siguientes párrafos. Ten en cuenta que este folleto solo contiene un resumen de las reglas. Debes leerlas detenidamente para comprenderlas y cumplirlas, de modo que seas elegible para disfrutar del privilegio de participar en competiciones interescolares. Dado que este folleto es solo un resumen de las reglas, comunícate con tu director o director deportivo para obtener una copia exacta y el significado de cualquier regla sobre la que tengas dudas.

Estas normas de elegibilidad no se han elaborado por casualidad, sino que se han desarrollado gradualmente a lo largo de los años por la necesidad de proteger el bienestar de los jóvenes y garantizar que las actividades interescolares proporcionen experiencias de valor educativo a los alumnos. Solo cuando las actividades proporcionan esa experiencia pueden justificarse como parte del programa educativo total. Todas estas normas han sido votadas por las escuelas miembros de la WHSAA.

La elegibilidad para participar en concursos interescolares es un privilegio que se obtiene al cumplir con los estándares establecidos por su escuela y por la WHSAA. Debido a que su escuela es miembro de la Asociación de Actividades Escolares de Wyoming, adopta las reglas de esta Asociación como reglas mínimas de elegibilidad. La junta escolar, el superintendente y el director de su escuela tienen la autoridad de establecer cualquier regla adicional que consideren beneficiosa para su escuela. Además, los entrenadores y patrocinadores pueden adoptar las reglas de entrenamiento que consideren convenientes en el mejor interés de los alumnos individuales y del equipo, siempre y cuando no violen las políticas de la junta escolar local. Al cumplir con estas reglas, usted puede ser elegible para participar en cualquier actividad interescolar.

Puede encontrar una copia completa del Manual de Reglas de la WHSAA en el sitio web de la WHSAA <www.whsaa.org>. Después de cada regla entre paréntesis () figura el número de referencia del Manual de la WHSAA correspondiente a dicha regla.

¿Cuáles son estas reglas?

1. ESTUDIANTE EN BUENA SITUACIÓN ACADÉMICA {6.1.0}

Debes ser un estudiante matriculado regularmente y en buena situación académica. Estar en buena situación académica implica que seas un ciudadano escolar digno de crédito, cuya conducta dentro y fuera de la escuela no desacredite a tu centro educativo.

No podrás optar a la beca si el director o el superintendente te han suspendido de la escuela por cualquier motivo.

*2. CALIFICACIONES Y CRÉDITOS {6.2.0}

Debes estar aprobando actualmente cinco (5) asignaturas sólidas y debes haber aprobado cinco (5) asignaturas sólidas durante el semestre inmediatamente anterior. Previa aprobación del distrito escolar, las deficiencias, incluyendo incompletos, condiciones y suspensiones del semestre anterior pueden ser recuperadas durante un semestre posterior, sesión de verano, escuela nocturna o clases particulares para cumplir con los requisitos de elegibilidad. Los estudiantes de educación especial deben cumplir con los objetivos educativos establecidos para ellos.

3. TRANSFERENCIA O CAMBIO DE CENTRO ESCOLAR {6.4.0}

Si te transfieres de una escuela a otra sin que se produzca un cambio correspondiente en la residencia de tus padres, no podrás participar durante un año, a partir de la fecha de inscripción, en las competiciones universitarias de los deportes en los que hayas competido en los doce meses anteriores. Si esta transferencia se realiza con el correspondiente traslado de tus padres o tutores legales, tendrás la misma elegibilidad en la nueva escuela que tenías en la anterior. La WHSAA solo reconoce la tutela legal que se haya establecido al menos 12 meses antes del traslado del estudiante.

Antes de que puedas representar a la nueva escuela en cualquiera de los casos anteriores, el director debe enviar el formulario de transferencia cumplimentado a la oficina de la Asociación, en el que se certifique tu traslado y tu elegibilidad.

Para comprender la excepción a esta norma, consulta a tu director.

*4. NÚMERO DE SEMESTRES DE COMPETITZON {S.5.0}

Solo podrá competir durante un máximo de cuatro (4) semestres de otoño y cuatro (4) semestres de primavera, lo que suma un total de ocho (8) semestres. Estos 8 semestres deben ser consecutivos y comenzar una vez que empiece el noveno grado.

5. EDAD LSMZT {6.3.0}

Debes ser menor de veinte años el 1 de agosto para los deportes de otoño, el 1 de noviembre para los deportes de invierno y el 1 de marzo para los deportes de primavera.

6. FÍSICO EKAHIHATZOH ACID iessuaxzAvioa is.s.o)

Antes de poder competir o practicar cualquier deporte durante el año escolar en curso, debes presentar un certificado de aptitud física expedido por personal médico cualificado y una declaración de permiso firmada por tus padres o tutores. El examen físico debe realizarse después del 1 de mayo.

También debe presentar una prueba de vacunación.

7. ESTATUS DE AFICIONADO {5.7.0}

Debes ser un aficionado, es decir, una persona que nunca ha utilizado y no utiliza actualmente sus habilidades deportivas para obtener beneficios como participante en competiciones deportivas. Por obtener beneficios se entiende aceptar dinero u otra compensación monetaria como resultado de una competición deportiva.

8. NÚMERO DE DÍAS DE ENTRENAMIENTO {5.10.1}

Debe participar en el número requerido de entrenamientos en su deporte antes de poder competir. Consulte con su entrenador para averiguar el número de días requeridos para su deporte.

9. PREMIOS {5.€.0}

Se le declarará no apto si recibe premios por un valor superior a 250 dólares o cualquier cantidad en efectivo por su participación en actividades deportivas. El golf seguirá las normas de la USGA.

-continúa-

-continúa-

10. NAbgE ASUMIDO (6.1.6, 5.0.3)

Competir con un nombre falso o supuesto te hará inelegible.

Su nombre debe ser certificado por su director en un formulario estándar para la escuela o escuelas contrarias en cada competición en la que vaya a participar.

11. INFLUENCIA INDEBIDA 4.1.0§

Si te transfieres de una escuela a otra por influencia de otra persona, no podrás participar durante un año completo.

* 12. PLAZAS INDEPENDIENTES (5.8.0)

No está permitido jugar en un equipo independiente mientras se es miembro del equipo competitivo de tu escuela secundaria en el mismo deporte o actividad. Si lo hicieras, perderías tu elegibilidad.

13. DEPORTES ESPECIALIZADOS CARPS (5.4.0)

Un entrenador o representante de la escuela no puede, de forma directa o implícita, obligarte a asistir a campamentos/clínicas, sesiones de gimnasio abiertas o entrenamiento en sala de pesas como condición para practicar, participar o influir de cualquier otra forma en tu oportunidad de participar en cualquier programa interescolar de la escuela.

No podrás participar en un campamento o clínica deportiva especializada en la enseñanza de habilidades individuales durante un período superior a dos semanas naturales en cualquier año natural en el que participen alguno de tus entrenadores o profesores de secundaria.

Los estudiantes que asistan a campamentos de verano no estarán cubiertos por el seguro escolar ni por el seguro contra catástrofes de la WHSAA.

Si tienes alguna pregunta sobre estas normas, consulta al director de tu escuela o al director de actividades.

*Los participantes en bellas artes y formación profesional solo tienen que cumplir estos requisitos.



Cualquier estudiante que desee asistir a una universidad o colegio universitario de la NCAA o la NAIA con una beca deportiva debe reunirse con su consejero lo antes posible para determinar su elegibilidad para recibir ayuda financiera según las normas establecidas por la NCAA y la NAIA. Si no lo hace, es posible que no sea elegible para una beca deportiva.



Publicado por
Asociación de Actividades Escolares de Wyoming
6571 East 2nd Street
Casper, WY 82609
(307)577 0614



Excelencia educativa a través de actividades

CÓMO proteger su elegibilidad para participar en actividades de secundaria Actividades

2025 - 2026

Revisión de las normas de elegibilidad M\gn-Off

Hemos revisado el resumen de las normas de elegibilidad de la WHSAA

Nombre del estudiante

(Print)

Student's Signature

Padre/madre/tutor legal

Firma del tutor

oacv

---Por favor, firme, separe y devuelva al director---