

Seguridad en los Deportes



Historia Real

Un niño de 6 años estaba practicando fútbol con su equipo. El era el portero del equipo y la pelota le pegó en su cabeza cuando ésta cayó. La portería no estaba asegurada en el suelo. La causa de su muerte fue paro cardiorrespiratorio por trauma a la cabeza.

-De los archivos de los Medical Examiners and Coroners Alert Project, MECAP por sus siglas en inglés.

Datos

- Cada año más de 3.5 millones de niños de 14 años de edad y menores sufren lesiones relacionadas con deportes y actividades de recreo.
- La mayoría de las lesiones relacionadas con deportes organizados suceden durante las prácticas y no en los partidos. A pesar de los hechos, los padres no toman las mismas precauciones de seguridad durante las prácticas de su niño como para un partido.
- Lesiones asociadas a la participación en deportes y las actividades de recreo explican el 21% de todas las lesiones traumáticas de cerebro entre niños.
- Lesiones causadas por deportes explican aproximadamente 55% de las lesiones no fatales en las escuelas.
- Los deportes de colisión y contacto están asociados con un porcentaje mayor de lesiones. Sin embargo, lesiones de deportes individuales tienden a ser más severas.

Lo Qué Puede Hacer

- Los niños siempre deben usar un equipo apropiado de seguridad durante los partidos y las prácticas.
- Equipo protector, condiciones seguras y esforzar las reglas de seguridad ayudan a reducir el número y la severidad de lesiones en los deportes y actividades de recreo.
- Asegúrese que haya disponible apropiada supervisión adulta.
- Los ejercicios apropiados de estiramiento y calentamiento necesitan ser parte de prácticas y de juegos.
- No permita que un niño lesionado entre al juego de nuevo o reasuma actividad antes de que se haya curado o rehabilitado apropiadamente.



Led By

**BLANK CHILDREN'S
HOSPITAL**
IOWA HEALTH SYSTEM

Safe Kids Greater Des Moines, encabezada por Blank Children's Hospital, es una organización dedicada a prevenir lesiones no-intencionales en niños de 0-14 años de edad. Para más información llame al (515) 241-6293 o visite www.dsmsafekids.org.