

# Lesioni sportive: Commozione cerebrale

La commozione cerebrale è un trauma che si verifica alla testa e che curato immediatamente. In questo aiuto si descrivono le prime cure da prestare.



**Definizione:** colpo alla testa o impatto contro un oggetto.

**Sintomi:** stato confusionale durante qualche minuto, eventualmente perdita di conoscenza di durata variabile (massimo un quarto d'ora), vuoti di memoria, vomito, dolori di testa. Prime cure: in caso di svenimento, collocare la persona infortunata in posizione laterale di sicurezza e assisterla. > Chiamare un medico.

**Terapia:** soggiorno in ospedale per 24-48 ore. Rimanere a letto per due giorni. Si può ricominciare a lavorare da una a tre settimane dopo l'infortunio. L'attività sportiva è consigliata una settimana dopo la ripresa del lavoro e soltanto se non si soffre più di alcun disturbo.

**Lesioni analoghe:** commozione con lesione cerebrale. Se il paziente continua a manifestare episodi di annebbiamento o vomita per oltre 12 ore vi è il rischio che soffra di lesione cerebrale. In questo caso chiamare subito un medico.

---

Fonte: «mobile» 6/2007, p. 36-41, Christin Aeberhard



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO