

# **ESCUELAS PÚBLICAS DE LITTLETON**

## **MANUAL DEL ESTUDIANTE DEPORTISTA DE LA ESCUELA PREPARATORIA**

**Y**

## **CÓDIGO DE CONDUCTA DEL DEPORTISTA**

*En efecto, julio 2020*

## Índice

### MANUAL DEL ESTUDIANTE DEPORTISTA DE LA ESCUELA PREPARATORIA

Filosofía del Deporte de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS)		2
Elegibilidad Académica		3
Elegibilidad para Deportes		3
Requisitos para Ganar Letras		3
Cuotas	3	
Papeles Necesarios para la Participación en Deportes		3
NCAA	4	
Deportividad		4
Precios de Entrada		5
Mapas	5	
Notificación		5
Declaración de No Discriminación		5

### CÓDIGO DE CONDUCTA DEL DEPORTISTA

Filosofía/Propósito		6
Tipos de Violaciones		7
Consumo, Posesión o Distribución de Drogas/Alcohol		7
Estar en Presencia de Otros que Consumen, Poseen o Distribuyen Drogas o Alcohol .....		8
Consumo, Posesión o Distribución de Tabaco		12
Comportamiento Ilegal o Delictivo		8
Suspensión de la Escuela		9
Asistencia – Absentismo Escolar		9
Conducta Antideportiva y Otro Comportamiento Inaceptable ...		9
Novatadas		9
Violación de las Reglas del Equipo y Normas		9
Circunstancias Inusuales o Especiales		10
Estudiantes de Nueva Matrícula/Estudiantes que Cambian de Escuela		10
Debido Proceso y Apelación del Proceso		10

### PROTOCOLO PARA EL TRATAMIENTO

DE LA CONMOCIÓN CEREBRAL .....		12
--------------------------------	--	----

## **Filosofía del Deporte de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS)**

Bienvenido a las Escuelas Públicas de Littleton y enhorabuena por haber elegido participar como miembro de un programa de deportes sobresaliente. Las Escuelas Públicas de Littleton poseen un grupo de estudiantes deportistas orgullosos y exitosos dirigidos por unos entrenadores, preparadores físicos y administradores dedicados y expertos. El Manual del Estudiante Deportista de la Escuela Preparatoria de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) se desarrolló con la participación de padres, profesores y administradores para que los estudiantes deportistas y sus padres puedan comprender la importante información y las condiciones relacionados con su participación en deportes en las Escuelas Públicas de Littleton. El propósito de cada departamento de deportes de cada escuela y de la administración para el deporte es que la participación en actividades atléticas sea una experiencia enriquecedora y saludable para los estudiantes deportistas en la que se dé un crecimiento físico, mental y social a través de la competición entre escuelas.

**La participación en el programa de deportes de las Escuelas Públicas de Littleton es un privilegio. Con este privilegio vienen ciertas responsabilidades dado que los estudiantes deportistas representan a las Escuelas Públicas de Littleton en la clase, en los pasillos, en el campo de competición y en la comunidad. El Código de Conducta del Deportista está en vigor 365 días al año, 24 horas al día y 7 días a la semana.**

Las Escuelas Públicas de Littleton creen que los deportes entre las escuelas son una parte integral de la experiencia educativa de un estudiante deportista. El éxito de nuestros programas deportivos está basado en las capacidades de nuestros estudiantes deportistas para equilibrar su participación con sus requisitos académicos. El éxito académico es lo primero. En los deportes, nuestro objetivo es proporcionar un ambiente seguro y estructurado en el que los estudiantes deportistas puedan desarrollar su responsabilidad, ética del trabajo, confianza y lealtad, autoestima y autodisciplina.

1

Este documento sirve para informar a los estudiantes y a sus padres sobre los principios, políticas y regulaciones de la Asociación de Actividades de Escuelas Preparatorias de Colorado (en inglés, *Colorado High School Activities Association - CHSAA*) y de las Escuelas Públicas de Littleton. Uno de los principales papeles del departamento de deportes de la escuela preparatoria es supervisar la conducta de los estudiantes deportistas. Rogamos a los padres que tomen parte activa en la guía y supervisión de su hijo mientras que apoyan a las escuelas en su tarea de educar ciudadanos positivos y productivos.

## MANUAL DEL ESTUDIANTE DEPORTISTA

### Elegibilidad Académica

De acuerdo con las pautas de la CHSAA (Plan A), un estudiante debe estar matriculado en cursos que ofrezcan, en total, un mínimo de 2.5 unidades de crédito Carnegie por semestre y no puede tener suspenso más del equivalente a la mitad de una unidad de crédito Carnegie.

Al convertir las horas de crédito de las Escuelas Públicas de Littleton a unidades de crédito Carnegie, se permite la mitad de una unidad (.50) por semestre para clases de 3, 4 y 5 horas al semestre y un cuarto de unidad (.25) para clases de 2 horas al semestre.

La elegibilidad académica se monitorea semanalmente. Si un estudiante deportista tiene suspensas más de 0.50 unidades Carnegie, no podrá participar en las competiciones de la siguiente semana (de lunes a sábado). Un estudiante tiene la oportunidad de recuperar la elegibilidad la semana siguiente al mejorar su estatus académico. El estudiante deportista puede participar en los entrenamientos según decida su entrenador, pero no podrá llevar el uniforme durante el periodo en que resulte inelegible.

Si, al final de un semestre, un estudiante ha suspendido más del equivalente a 0.50 unidades Carnegie, entonces será inelegible por, al menos, las primera nueve semanas del semestre siguiente.

### Elegibilidad para Deportes

Todos los estudiantes deportistas deben ser elegibles según las normas establecidas por la Asociación de Actividades de Escuelas Preparatorias de Colorado (CHSAA). Se pueden consultar estas normas en su página web en [www.chsaa.org](http://www.chsaa.org). Normas importantes, aunque no solo, son, **Artículo 17** – Elegibilidad General incluido 1760 – Edad; 1770 – Semestres de Asistencia; 1780 – Examen Físico y Consentimiento Paterno; y **Artículo 18** - Residencia incluido 1800 – Cambio. Otras normas de interés incluyen **Artículo 19** – Reclutamiento, **Artículo 20** – Estatus Amateur, y **Artículo 21** – Competición/Entrenamiento Fuera. Se ruega a los estudiantes deportistas y a sus padres a que se familiaricen con estas normas de la CHSAA.

### Requisitos para Ganar Letras

**Los requisitos para ganar letras los establecerá y comunicará cada entrenador de los equipos avanzados de la escuela preparatoria. Los equipos de nivel inferior recibirán certificados de participación.**

### Cuotas

\$175 por deporte/por deportista; \$350 máximo por deportista/por año; \$700 máximo por familia/por año.

La cuota de participación es requisito para todos los estudiantes deportistas. No se cobrará si el estudiante deportista no consigue acceder a formar parte del equipo o si decide no participar antes del primer encuentro.

## **Papeles Necesarios**

El paquete para la participación en deportes debe presentarse al Departamento de Deportes y ser aprobado por este antes de la participación o competición cada temporada.

## **Registro de la Asociación Nacional de Deporte Universitario (en inglés *National Collegiate Athletic Association –NCAA*)**

Todos los estudiantes, tanto de educación general como de educación especial, que estén considerando competir en deportes de la División I o II en una institución universitaria deben reunir los requisitos de la NCAA Clearinghouse. Los estudiantes deportistas pueden acceder a la página web de la NCAA ([www.ncaaclearinghouse.net](http://www.ncaaclearinghouse.net)) con el fin de obtener más información. La lista de las clases de las Escuelas Públicas de Littleton que han sido aprobadas por la NCAA Clearinghouse se encuentra disponible en el Centro de Postgraduados, en la oficina del consejero del estudiante deportista, así como en la página web de la NCAA. Los estudiantes deportistas y sus padres deben notificar a su entrenador y a su consejero sus planes para después de la graduación.

## **Deportividad**

Dado que los deportes deben operar dentro del marco de firmes principios educativos, se sigue que:

1. Los equipos deportivos de las Escuelas Públicas de Littleton están bajo la jurisdicción y deben seguir las reglas de la Asociación de Actividades de Escuelas Preparatorias de Colorado (CHSAA), de manera que todos los deportistas compitan bajos estándares idénticos.
2. Se espera que aquellas personas que aprovechan el privilegio de participar en deportes, bien como deportistas bien como espectadores, se comporten de manera que no resten mérito al ambiente educativo.
3. Los competidores, los entrenadores, los oficiales y los espectadores entran en la competición sabiendo que los errores son parte normal de la actividad y que es normal que sucedan. Cualquier persona puede cometer un error.
4. Las Escuelas Públicas de Littleton animan a los padres, fans y espectadores a que contribuyan a una cultura deportiva juvenil positiva para que los estudiantes deportistas lo pasen bien y aprendan rasgos de carácter positivos que duren toda la vida.
5. Aunque ganar es un objetivo admirable, resulta vano si se consigue a expensas de la moral, de la ética o del simple sentido común. Se espera el siguiente comportamiento de los espectadores.

### ***SE ESPERA QUE LOS FANS Y LOS ESPECTADORES:***

- Se levanten y se quiten lo que lleven en la cabeza durante el Himno Nacional.
- Animen a su equipo en lugar de ir contra sus oponentes.
- Mantengan autocontrol en todo momento mientras se comportan como ciudadanos responsables.
- Muestren respeto por los oponentes en todo modo y manera posibles.

- Apoyen de manera positiva siempre a sus equipos.
- Reconozcan y admitan las buenas actuaciones de ambos equipos.
- Respeten a los oficiales y acepten sus decisiones.
- Si otros espectadores gritan a los oficiales, recuérdelos amablemente que honren el juego.
- Sean humildes y no presuntuosos en la victoria, y gentiles y no resentidos en la derrota.
- Salgan del lugar de la actividad –incluido el aparcamiento- tan pronto como sea posible justo después de que haya terminado dicha actividad.

Si estas expectativas no se cumplen, se puede hacer que los espectadores abandonen la competición y pueden ser vetados para futuros encuentros.

### **Mapas**

Direcciones a todas las escuelas superiores de Colorado se encuentran en [www.chsaa.org](http://www.chsaa.org).

### **Notificación**

El Manual del Estudiante Deportista y el Código de Conducta del Deportista de LPS estarán publicados en la página web del distrito LPS y en la página web de cada escuela. Cada estudiante deportista y sus padres/tutores deben firmar que se comprometen a seguir el Código de Conducta del Deportista de LPS como requisito para su participación.

### **Declaración de No Discriminación**

*Las Escuelas Públicas de Littleton no discriminan por motivos de raza, color, sexo (que incluye el estado civil), orientación sexual, religión, origen nacional, ascendencia, credo, edad, discapacidad o necesidad de servicios de educación especial en sus programas o actividades.*

*Las siguientes personas han sido designadas para atender consultas relacionadas con las políticas de no discriminación, incluidas las consultas del Título IX y la Sección 504:*

*Para consultas relacionadas con el personal:*

*Mike Jones, Superintendente Adjunto de Recursos Humanos  
303-347-3375  
5776 S. Crocker St. Littleton, CO 80120  
mdjones@lps.k12.co.us*

*Para consultas relacionadas con estudiantes:*

*Melissa Cooper, Directora de Servicios de Apoyo para Estudiantes  
303-347-3472  
5776 S. Crocker St. Littleton, CO 80120  
mrcooper@lps.k12.co.us  
Littleton, CO 80120  
303-347-3472*

## **CÓDIGO DE CONDUCTA DEL DEPORTISTA DE LAS ESCUELAS PÚBLICAS DE LITTLETON**

El Código de Conducta del Deportista de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) establece los estándares que se espera que los estudiantes deportistas sigan como representantes de las Escuelas Públicas de Littleton. Se espera que los padres hablen sobre las reglas y las consecuencias con sus estudiantes deportistas para que tomen decisiones informadas y apropiadas en relación con su comportamiento.

Es necesario que los estudiantes y sus padres comprendan que el Código de Conducta del Estudiante de las Escuelas Públicas de Littleton y el Código de Conducta del Deportista de las Escuelas Públicas de Littleton son dos series de estándares separados. El Código de Conducta del Deportista de LPS, escrito específicamente para los estudiantes deportistas, tiene como propósito ser usado junto con el Código de Conducta del Estudiante de LPS, pero los dos códigos se distinguen en sus procedimientos y en su sustancia. Si un estudiante deportista es suspendido por una violación del Código de Conducta del Estudiante de LPS, no se le permitirá entrenar o participar en una competición mientras dure la suspensión. Si la misma falta de comportamiento constituye también una violación del Código de Conducta del Deportista de LPS, entonces el estudiante deportista será penalizado de manera acorde con la violación.

El Código de Conducta del Deportista de LPS establece estándares más elevados por el deseo de la escuela del distrito de ayudar a proteger la salud, la seguridad y el bienestar de todos los estudiantes y miembros de la comunidad. El Código de Conducta del Deportista de LPS se refiere a **todos** los deportistas. Se considera que un estudiante es un deportista para los propósitos del Código de Conducta del Deportista de LPS una vez que el entrenador u otra persona designada comunica al estudiante que ha conseguido entrar a formar parte de su primer equipo. A partir de ese momento se considera al estudiante como deportista para el resto de su carrera en la escuela preparatoria. Esto incluye a todos los deportistas "en temporada" como a aquellos cuya temporada haya terminado pero que tienen la intención de continuar compitiendo en las temporadas siguientes o en otros deportes. La enérgica naturaleza de los deportes y los rigores de la competición demandan que los estudiantes deportistas mantengan un estándar superior de comportamiento en todo momento. Además, el Código de Conducta del Deportista de LPS proporciona a los padres un apoyo para tratar posibles problemas con su estudiante, y proporciona un aliciente para el deportista para hacer frente de manera apropiada a la presión negativa de parte de sus compañeros.

El Código de Conducta del Deportista de LPS se aplica al comportamiento que sucede **EN O FUERA** de los terrenos de la escuela. Estas violaciones pueden suceder **EN CUALQUIER MOMENTO** durante el tiempo que dure la matrícula de un estudiante en las Escuelas Públicas de Littleton, incluido fuera de temporada así como durante el verano. El Código de Conducta del Deportista de LPS estará en vigor 24 horas al día, 7 días a la semana, durante 365 días al año. Se dirige a todos los deportistas, bien en temporada o fuera de temporada, en o fuera de los terrenos de la escuela, e incluye, aunque no se limita a eventos patrocinados o autorizados en o fuera del campus, y en actividades o eventos privados.

Cuando un comportamiento fuera del campus o privado se prueba que constituye una violación del Código de Conducta del Deportista de LPS, entonces habrá consecuencias si se le hace saber al director de deportes.

Las consecuencias por violar el Código de Conducta del Deportista de LPS tendrán efecto para competiciones o campeonatos que no sean de liga, de liga, del distrito o del estado. En relación con las suspensiones de competiciones, los partidos de práctica no cuentan como competiciones. **Las consecuencias de las violaciones del código deportivo se arrastrarán de un año escolar al siguiente y tendrán efecto durante la duración de la participación del deportista en la escuela preparatoria.**

Esto significa que el expediente de las violaciones del Código de Conducta del Deportista de LPS seguirá al estudiante de un deporte a otro, de un año al siguiente, así como de una escuela de LPS a otra.

### **Tipos de Violaciones**

#### **1. Uso, Posesión o Distribución de Drogas o Alcohol**

Los estudiantes deportistas (independientemente de la cantidad) no consumirán, poseerán, venderán, distribuirán o intercambiarán ninguna cantidad de alcohol, drogas, otras sustancias controladas o parafernalia de drogas, ni estarán bajo la influencia del alcohol, de las drogas o de otras sustancias controladas.

#### **Primera violación**

Se suspenderá al estudiante deportista por la siguiente porción de su temporada de competición inmediatamente y de forma consecutiva:

<i>Béisbol</i>	<i>4 encuentros</i>	<i>Poms</i>	<i>4 encuentros</i>
<i>Básquetbol</i>	<i>5 encuentros</i>	<i>Fútbol</i>	<i>3 encuentros</i>
<i>Cheerleading</i>	<i>4 encuentros</i>	<i>Softball</i>	<i>4 encuentros</i>
<i>Cross Country</i>	<i>2 encuentros</i>	<i>Natación</i>	<i>2 encuentros</i>
<i>Fútbol</i>		<i>Tenis</i>	<i>2 encuentros</i>
<i>Americano</i>	<i>2 encuentros</i>	<i>Track</i>	<i>2 encuentros</i>
<i>Golf</i>	<i>36 agujeros</i>	<i>Voleibol</i>	<i>4 encuentros</i>
<i>Gimnasia</i>	<i>2 encuentros</i>	<i>Wrestling</i>	<i>5 puntos</i>
<i>Lacrosse</i>	<i>3 encuentros</i>		

La suspensión será efectiva inmediatamente y de forma consecutiva durante las siguientes competiciones o en los primeros encuentros de la temporada si la violación se produce fuera de temporada o en el verano. Si la temporada termina antes de que la suspensión se cumpla por completo, las suspensiones que falten serán **aplicadas proporcionalmente** al siguiente deporte o temporada por el director de deportes.

#### **Segunda Violación**

Por la segunda violación durante su matrícula en la escuela preparatoria, el estudiante deportista será suspendido por la siguiente porción de su temporada de competición inmediatamente y de forma consecutiva:

<i>Béisbol</i>	<i>9 encuentros</i>
<i>Básquetbol</i>	<i>11 encuentros</i>
<i>Cheerleading</i>	<i>10 encuentros</i>



<i>Cross Country</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Fútbol</i>	
<i>americano</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Golf</i>	<i>99 agujeros</i>
<i>Gimnasia</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Lacrosse</i>	<i>7 encuentros</i>
<i>Poms</i>	<i>10 encuentros</i>
<i>Fútbol</i>	<i>7 encuentros</i>
<i>Softball</i>	<i>9 encuentros</i>
<i>Natación</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Tenis</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Track</i>	<i>5 encuentros</i>
<i>Voleibol</i>	<i>9 encuentros</i>
<i>Wrestling</i>	<i>15 puntos</i>

La suspensión será efectiva inmediatamente y de forma consecutiva durante las siguientes competiciones o en los primeros encuentros de la temporada si la violación se produce fuera de temporada o en el verano. Si la temporada termina antes de que la suspensión se cumpla por completo, las suspensiones que falten serán **aplicadas proporcionalmente** al siguiente deporte o temporada por el director de deportes.

### **Tercera Violación**

Si se da una tercera violación, dentro de su matrícula en la escuela preparatoria, el estudiante deportista será suspendido de **toda** competición deportiva durante 365 días consecutivos desde el día de la violación.

### **Cuarta Violación**

Cuando un estudiante viole la norma de las drogas y el alcohol durante su matrícula en la escuela preparatoria en las Escuelas Públicas de Littleton, no se le permitirá participar en ningún deporte durante el tiempo que le quede de matrícula en las Escuelas Públicas de Littleton.

## **2. Estar en Presencia de otros que Consumen, Poseen o Distribuyen Drogas o Alcohol**

En situaciones en las que se descubre que un estudiante no está en posesión o bajo la influencia, pero se sabe que está asociado con otra persona o personas mientras éstas ilegalmente consumen o están bajo la influencia del alcohol, drogas u otras sustancias ilegales, y tiene oportunidad razonable de dejar esa situación, se le aplicarán consecuencias. Esta norma se aplica en circunstancias que suceden **EN O FUERA** de los terrenos de la escuela y **EN CUALQUIER MOMENTO** durante el tiempo que dure la matrícula de un estudiante en las Escuelas Públicas de Littleton, incluido fuera de temporada así como durante el verano.

La consecuencia por la primera violación será la suspensión por un encuentro. Cualquier posterior violación por posesión resultará en la suspensión de la competición como estipula la Sección 1, Consumo de Drogas o Alcohol, Posesión o Distribución, en las páginas 9 a 11 de este folleto.

Esta regulación no se aplicará en las circunstancias en las que el estudiante deportista se encuentre presente en lugares donde se consume alcohol legalmente.

### **3. Consumo, Posesión o Distribución de Tabaco**

El consumo, la posesión o la distribución de tabaco en cualquier forma está prohibida. La consecuencia de la primera violación por consumo, posesión o distribución de tabaco o de productos de tabaco resultará en la suspensión por un encuentro. La consecuencia por la segunda violación será la suspensión por dos encuentros. La consecuencia por la tercera violación será la suspensión por tres encuentros. La consecuencia por la cuarta violación pasará a revisión del director de deportes. El director de deportes decidirá la sanción apropiada para el deportista teniendo en consideración la gravedad de la ofensa, el daño o lesión a una persona o contra la propiedad, el arrepentimiento del deportista o cualquier otro factor relevante.

### **4. Comportamiento Ilegal o Delictivo**

Un acto ilegal o delictivo es una violación de cualquier estatuto, norma, regla o mandato judicial (excepto ofensas menores de tráfico) civil o criminal, incluido, pero no limitado a otras faltas y delitos como aparecen definidos en el Código Penal de Colorado. Un deportista que se declara culpable, que es declarado culpable o que ha cometido un acto delictivo por un tribunal de justicia, que no formula oposición a disposiciones a través de un acuerdo y es acusado de un acto ilegal es también sujeto de sanciones de acuerdo con el Código de Conducta del Deportista de LPS. No obstante lo anterior, el director de deportes se reserva el derecho de determinar si el deportista cometió un acto ilegal o delictivo en lugar de estar atado necesariamente a la decisión del tribunal o de otros. Incidentes en los que el deportista se encuentra envuelto directamente o como cómplice están sujetos a la revisión del director de deportes. El director de deportes decidirá la sanción apropiada para el deportista teniendo en cuenta la gravedad de la ofensa, cualquier daño a otra persona o contra la propiedad, el arrepentimiento del deportista o cualquier otro factor relevante.

### **5. Suspensión de la Escuela**

A los deportistas que han sido suspendidos de la escuela bajo el Código de Conducta del Deportista de LPS se les prohíbe la participación en entrenamientos y en eventos entre escuelas durante la duración de la suspensión.

### **6. Asistencia–Absentismo Escolar**

La administración de la escuela preparatoria y los entrenadores reconocen que la asistencia a la escuela es crítica para el éxito de un estudiante deportista en la clase, tanto como la asistencia a los entrenamientos es esencial. Se espera que los estudiantes deportistas asistan a todas sus clases y que eviten el absentismo escolar. El entrenador y/o la administración se reservan el derecho a limitar la participación en deportes en casos de absentismo escolar o de no asistencia a la escuela o a los entrenamientos.

### **7. Conducta Antideportiva y Otro Comportamiento Inaceptable**

Conducta antideportiva y otros tipos de comportamiento inaceptable no cubiertos específicamente en el Código de Conducta del Deportista de LPS, pero que son contrarios al espíritu del Código de Conducta del Deportista de LPS son sujetos de una sanción apropiada a discreción del director de deportes y/o del director de la escuela, teniendo en consideración la gravedad de la ofensa, cualquier daño a otra persona o contra la propiedad, el arrepentimiento del deportista o cualquier otro factor relevante.

## **8. Novatadas**

El Código de Conducta de LPS define la novatada como “formar parte o planear cualquier forma verbal o física de una novatada de iniciación de otros estudiantes. La novatada incluye, aunque no se limita a forzar a una actividad física prolongada. Forzar al consumo excesivo de cualquier sustancia, forzar a una privación prolongada de sueño, comida o bebida, o a otro cualquier comportamiento que temerariamente pone en peligro la salud o la seguridad de una persona o que puede o pretende causarle degradación o desgracia con el propósito de iniciarla en algún tipo de grupo de estudiantes.” Es responsabilidad de los padres y de los estudiantes prevenir cualquier caso de novatadas e informar de su conocimiento a las autoridades de la escuela. De acuerdo con el Código de Conducta, el director de la escuela puede suspender al estudiante que participa en la novatada o recomendar su expulsión.

## **9. Violación de las Reglas del Equipo y Normas**

Los entrenadores pueden establecer reglas y normas razonables, sujetas a la aprobación del director de deportes, para comportamientos no especificados en el Código de Conducta del Deportista de LPS. Los entrenadores pueden determinar sanciones razonables por violación de las reglas y normas del equipo sujetas a la revisión del director de deportes.

### **Circunstancias Inusuales o Especiales**

*A pesar de las consecuencias por violaciones descritas en los párrafos anteriores, el director de la escuela tiene la capacidad de reducir la sanción cuando se den circunstancias inusuales o especiales que garanticen dicha reducción*

### **Estudiantes de Nueva Matrícula/Estudiantes que Cambian de Escuela**

Los estudiantes de nueva matrícula, incluidos aquellos que han cambiado de escuela, con violaciones previas en una escuela que no pertenezca a LPS se considerarán como si hubieran violado el Código de Conducta del Deportista de LPS y por tanto estarán sujetos a las consecuencias aplicables por cualquier violación adicional como prevé el Código de Conducta del Deportista de LPS. Esto es también aplicable a los estudiantes que cambian de escuela dentro del sistema de LPS.

### **Proceso Debido y Apelación del Proceso**

A los estudiantes deportistas se les proveerá del proceso debido. El estudiante deportista tiene derecho a ser informado de los cargos en su contra, y a tener una reunión informal en la que tenga una oportunidad para que le escuche el director de deportes. El director de deportes le proveerá con una decisión por escrito en el plazo de un día escolar después de la reunión. Un estudiante deportista y sus padres pueden apelar la decisión de suspensión del director de deportes ante el director de la escuela, por escrito, en el plazo de un día escolar tras la decisión de suspensión del director de deportes. El director de la escuela otorgará su decisión en un plazo de cuatro días escolares para la consideración de la apelación. Una suspensión puede retrasarse pendiente del resultado de una apelación a discreción del Director de Educación Secundaria/Director de Deportes del Distrito. La decisión del director de la escuela será definitiva a no ser que la suspensión sea por 50% o más de la temporada. En ese caso, el estudiante deportista y sus padres pueden apelar en un plazo de cinco días escolares al Director de Educación Secundaria/Director de Deportes del Distrito cuya decisión será la definitiva.

# **La Conmoción Cerebral**



**No la escondas  
Informa sobre ella  
Tómate tiempo para  
recuperarte**

# **PROTOCOLO PARA EL TRATAMIENTO DE LA CONMOCIÓN CEREBRAL**

## **Información de fondo**

La existencia de constante preocupación en la respuesta adecuada a una posible conmoción cerebral llevó en 2011 a la Ley del Senado de Colorado 11-040, la Ley Jake Snakenberg sobre Conmociones Cerebrales en Jóvenes, (en inglés, *the Jake Snakenberg Youth Concussion Act*) C.R.S. 25-43-101. Esta legislación especifica los requisitos relacionados con el tratamiento de la conmoción cerebral. Lo que aparece a continuación es el protocolo del Distrito de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) en respuesta a una posible conmoción cerebral durante una actividad deportiva.

## **Principios Básicos**

Cada escuela preparatoria de LPS seguirá el mismo protocolo estándar para el tratamiento de la conmoción cerebral que se refiere a todos los deportes.

Cualquier decisión relacionada con la salida o retorno a un entrenamiento o a jugar será tomada teniendo como prioridad la seguridad del estudiante.

Cualquier decisión relacionada con la salida o retorno de un estudiante al entrenamiento o a jugar será básicamente la responsabilidad del entrenador jefe o del entrenador que tenga la responsabilidad primaria de supervisión de esa actividad.

## **Punto de Referencia para los Exámenes**

**La Evaluación Inmediata a la Conmoción Cerebral y el Examen Cognitivo, ImPACT (en inglés *Immediate Post-Concussion Assessment and Cognitive Testing*), es un sistema de evaluación por computadora validado científicamente. Es una de las muchas herramientas empleadas por los profesionales de la salud para determinar la importancia de la conmoción cerebral y la rapidez con la que se puede regresar a la actividad.**

Se realizarán exámenes como punto de referencia a todos los deportistas cada dos años. Es responsabilidad de cada entrenador designado y del preparador físico organizar los exámenes de referencia al comienzo de la temporadas de competición. El test ImPACT se realizará a cada deportista gratis. El banco de datos se mantendrá y se actualizará por el personal designado a este fin en cada escuela preparatoria. Todos los resultados de referencia del ImPACT se almacenarán electrónicamente y se compartirán entre las escuelas de LPS si un deportista cambia de escuela o si participa en un equipo compuesto que representa a más de una escuela preparatoria.

## Tratamiento de la Conmoción Cerebral en el Campo o en la Banda

Si un entrenador sospecha que un deportista ha sufrido una conmoción cerebral tras observar o sospechar que ha recibido un golpe en la cabeza o en el cuerpo en un partido o en un entrenamiento, se seguirá el siguiente protocolo estándar:

1. Se examinará médicamente al jugador en el mismo sitio usando principios estándar de tratamiento de emergencia y se prestará especial atención a la posibilidad de que haya una lesión en la columna cervical.
2. El preparador o el personal asignado deberá determinar la situación adecuada del jugador de manera oportuna. Si hay preocupación sobre la condición médica del deportista, se sacará al jugador del entrenamiento o del partido.
3. Una vez que se hayan llevado a cabo los primeros auxilios, entonces se realizará una evaluación de los parámetros cognitivos y físicos asociados con una posible lesión de conmoción. Esta evaluación la llevará a cabo el entrenador u otra persona responsable que evaluará si el deportista puede regresar al entrenamiento o al partido. Se sospecha que hay conmoción cerebral si se observa la presencia de **uno o más** de los siguientes:

- síntomas físicos (como dolor de cabeza)
- signos físicos (como inestabilidad), o
- función cerebral disminuida (por ejemplo, confusión) o comportamiento anormal

Si **uno o más** de estos signos o síntomas son evidentes, el entrenador o el personal asignado asumirá que hay una conmoción cerebral y el deportista no regresará al entrenamiento o al partido ese día hasta que se haya realizado la evaluación descrita en el párrafo 4 a continuación.

4. El personal asignado responsable de cobertura en la banda deberá continuar la evaluación de conmoción cerebral usando el protocolo estándar de examen, por ejemplo, la Herramienta de Evaluación de Conmociones Cerebrales en Deportes (en inglés, *Sport Concussion Assessment Tool*.) Tras esta evaluación de conmoción cerebral, si el entrenador sospecha que el deportista tiene una conmoción cerebral, no se permitirá al jugador regresar al entrenamiento o jugar durante el día de la lesión y este será supervisado por el personal asignado hasta que el padre/tutor pueda asumir la supervisión.
5. Se informará al padre/tutor de que se sospecha que puede haber una conmoción cerebral. Es responsabilidad del padre/tutor conseguir cuidados médicos a partir de ese momento.
6. El estudiante deportista del que se sospecha que pueda tener una conmoción cerebral deberá presentar una autorización médica por escrito que le permita volver a los entrenamientos o partidos.
7. Si el proveedor de servicios de cuidado de la salud con licencia, como se define en C.R.S. 25-43-101, declara que el deportista no sufrió una conmoción cerebral, se permitirá a este que regrese al entrenamiento o partido.

8. Los entrenadores, según su criterio, continuarán supervisando al deportista por un periodo de tiempo razonable.

### **Tratamiento Post-Conmoción Cerebral**

Normalmente se reconoce que después de una conmoción cerebral, mientras que el deportista puede no mostrar síntomas, se debe proceder con precaución y puede hacer ejercicio como “test de síntomas de estrés” para determinar si el deportista está listo para regresar a jugar. Cualquier deportista diagnosticado con una conmoción cerebral debe seguir el Tratamiento Post-Conmoción Cerebral antes de regresar a un entrenamiento o partido.

### **Protocolo para el Tratamiento Post-Conmoción Cerebral**

1. No entrenamiento o esfuerzo físico durante 24-48 horas después de la lesión.
2. Se usará el test ImPACT siguiendo el protocolo establecido tres días después de la lesión con resultados comparados con el punto de referencia. El test post-conmoción cerebral se retrasará 72 horas (tres días) para no esforzar el ya comprometido sistema cognitivo. No todos los deportistas demostrarán disfunción en todos los índices del test ImPACT y el resultado del test individual del deportista puede depender de una cantidad de factores que incluyen el tipo de golpe recibido en la cabeza, el lugar donde se recibió el golpe y la historia individual del deportista. Se deberá repetir el test ImPACT cada siete días hasta que los resultados estén dentro de los límites normales. Si el deportista no pasa el test ImPACT cuatro veces, será necesario enviarlo a un especialista médico. Una vez que regrese al punto de referencia, no hará falta realizar más tests al deportista.

### **Protocolo para Regresar al Entrenamiento o a Jugar**

Los deportistas no deben regresar al entrenamiento o a jugar el mismo día de la lesión. Para poder regresar a entrenar o a jugar, el deportista debe:

Haber dejado la medicación recetada para tratar los síntomas

Estar de nuevo funcionando académicamente como antes de la lesión

Tener resultados neurocognitivos en ImPACT que no sean significativamente discrepantes del punto de referencia. Si no se dispone del punto de referencia, se comparará con las normas nacionales.

Estar libre de síntomas en todas las áreas.

Tener por escrito autorización para regresar a entrenar o jugar firmada por un proveedor de servicios de cuidado de la salud con licencia.

Una vez que se hayan conseguido estas condiciones, se seguirán las directrices Zurich para regresar a los entrenamientos o a los partidos. Estas directrices suponen una progresión sistemática de incremento del ejercicio y de vuelta a jugar. Debe haber un periodo de 24 horas (o más) para cada etapa. Si los síntomas reaparecen en cualquier paso, regrese al paso anterior, espere 24 horas e intente de nuevo.



### Las Directrices Zurich

- Día 1:** Descanso hasta que no haya síntomas (Descanso físico y mental)
- Día 2:** Ejercicio aeróbico ligero
- Día 3:** Entrenamiento específico para tu deporte (como esprintar/cortar, ejercicios de acondicionamiento con el equipo, ejercicios específicos para tu deporte)
- Día 4:** Ejercicios de no contacto con tu equipo, ejercicios de acondicionamiento, ejercicios específicos de tu deporte y entrenamiento de resistencia ligera
- Día 5:** Entrenamiento supervisado completo (el deportista deberá ser supervisado específicamente al final de los entrenamientos y de los partidos de práctica)
- Día 6:** Participación completa en partidos y entrenamientos

Es por último decisión del entrenador titular cuándo debe el deportista regresar a los entrenamientos y/o a los partidos. Si existe desacuerdo con la decisión del entrenador, se le concederá al deportista la oportunidad de apelar la decisión de acuerdo con lo descrito en el Proceso de Apelación en este Código del Deportista.

\* Se puede obtener información adicional relacionada con este protocolo de tratamiento de la conmoción cerebral a través de la oficina del director de deportes de su escuela preparatoria.