

Cl
de **Cuales son las senales de aviso de un derrame cerebral y de los TIAs?**
Ar



¿Cuáles son las señales de aviso de un derrame cerebral y de los TIAs?

El derrame cerebral es la tercera causa de muerte en este país hoy en día. Es también la principal causa de incapacidad severa. Las personas mayores de 55 años tienen más posibilidades de un derrame cerebral, y el riesgo es mayor a medida que se envejece. Los hombres, los africano-americanos y las personas con diabetes o enfermedades del corazón son los que corren más riesgo de un derrame cerebral.

Las buenas noticias son que más de 3 millones de personas que han tenido un derrame cerebral están vivas todavía. Es importante saber las señales de aviso de un derrame cerebral. Si usted actúa rápidamente y ve a un médico de inmediato, puede prevenir un derrame cerebral serio o ¡salvar su vida!

Usted y su familia deberían aprender las señales de aviso de un derrame cerebral. Se puede tener algunas o todas ellas. Pueden durar desde unos pocos minutos hasta 24 horas.

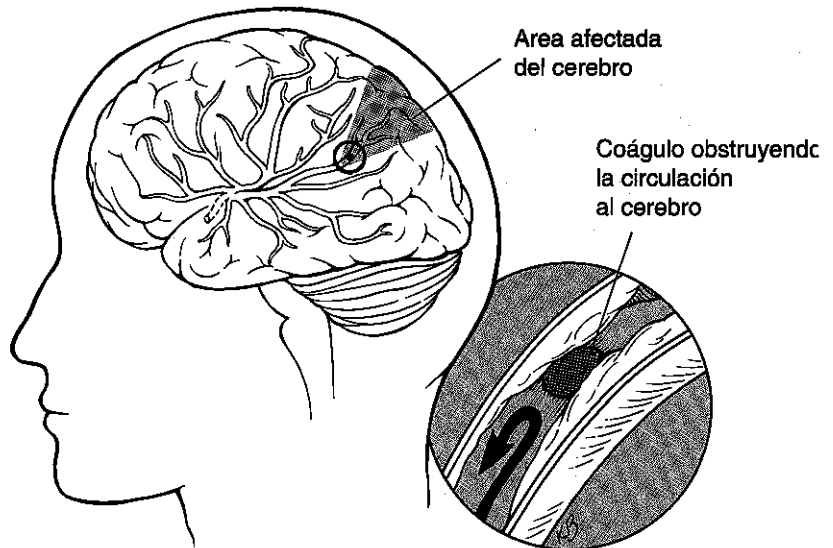
- Sentir debilidad repentina en un brazo, una mano o una pierna.
- No tener sensación en un lado de la cara o del cuerpo.
- Perder la vista de un ojo repentinamente.
- Tener dificultad para hablar repentinamente.
- No entender lo que le dicen otros.
- Sentirse mareado o perder el equilibrio.
- Tener el peor dolor de cabeza de su vida.

¿Cómo ocurre un derrame cerebral?

Un derrame cerebral ocurre cuando un vaso sanguíneo que nutre el cerebro se obstruye o revienta. Entonces, esa parte del cerebro no puede funcionar, ni tampoco puede funcionar la parte del cuerpo que esa área controla.

TIAs, o "transient ischemic attacks" (ataques isquémicos transitorios), son "derrames de aviso" que pueden ocurrir antes de un derrame grave. Suceden cuando un coágulo obstruye una arteria por poco tiempo. Generalmente duran sólo unos minutos. Si usted tiene algunas señales, ¡vea a un médico inmediatamente!

La presión arterial alta no controlada, el fumar cigarrillos y las enfermedades del corazón lo ponen a usted en mayor riesgo de un derrame cerebral.



Las células de su cerebro necesitan sangre, oxígeno y nutrientes para funcionar. Cuando la circulación se obstruye, usted puede sufrir un derrame cerebral o un TIA.

¿Qué debería hacer si sospechara que alguien va a tener un derrame cerebral?

- Llamar al 911 o al número de emergencia en su área (departamento de bomberos o la ambulancia).
- Si puede llevar a la víctima al hospital más rápido conduciendo usted mismo, hágalo. Si usted es el

que está teniendo un derrame cerebral, no conduzca — pida que alguien le lleve a la sala de emergencia del hospital más cercano.

¿Qué más puedo hacer?

Antes de que se presente una emergencia, es una buena idea averiguar dónde está la entrada de emergencia en su hospital más cercano. También, ponga una lista con los números de teléfonos de

emergencia junto a su teléfono y por si acaso, lleve otra con usted todo el tiempo. Tome esas medidas AHORA MISMO.

¿Cómo puedo ayudar a prevenir un derrame cerebral?

Usted puede salvar su vida o salvarse de quedar incapacitado por un derrame cerebral si usted:

- Deja de fumar cigarrillos.
- Mantiene su presión arterial baja.
- Sigue una dieta baja en grasa y en sal.

- Baja el exceso de peso.
- Hace ejercicio regularmente.
- Sigue las instrucciones de su médico.
- Toma sus medicamentos.
- Se hace chequeos médicos con regularidad.

¿Cómo puedo aprender más?

- Hable con su médico, enfermera o profesional de salud. O llame a su Asociación Americana del Corazón local al 1-800-242-8721.
- Si usted tiene una enfermedad del corazón o un derrame cerebral, sus familiares pueden estar en más peligro. Es muy importante para ellos el hacer cambios ahora para reducir su riesgo.

- El apoyo y la comprensión son importantes para recuperarse de un derrame cerebral. Usted puede obtener ayuda de la "Stroke Connection" (la Conexión de Derrame Cerebral) de la Asociación Americana del Corazón en el 1-800-553-6321.

¿Tiene preguntas o comentarios para su médico?

- Tómese unos minutos para escribir sus propias preguntas para la próxima vez que vaya a ver a su médico. Por ejemplo:

¿Cómo me recuperaría de un derrame cerebral?

¿Cuál es la diferencia entre un derrame cerebral y un ataque al corazón?



National Center
7272 Greenville Avenue
Dallas, Texas 75231-4596
1-800-AHA-USA1