



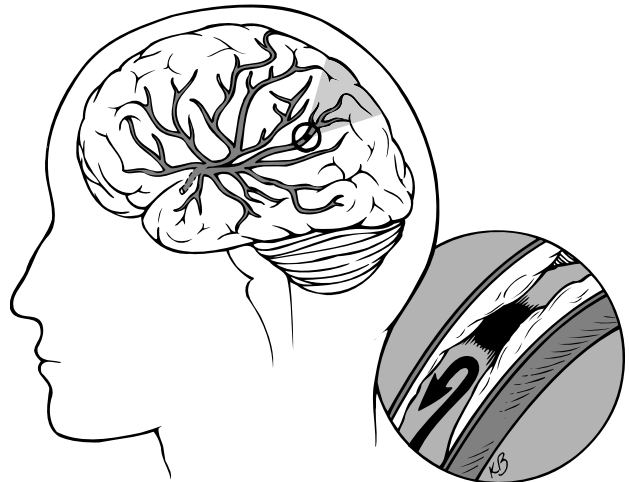
American Heart Association® | American Stroke Association®

Aprende y Vive™

Hablemos de los ataques cerebrales, los TIAs y las señales de aviso

¿Qué es un ataque al cerebro?

Los ataques al cerebro son la causa No. 3 de muerte en los Estados Unidos, y una causa principal de incapacidad a largo plazo. Ocurren cuando un vaso que lleva sangre y oxígeno al cerebro se tapa o se rompe, por lo que las células del cerebro no reciben la sangre que necesitan. Sin oxígeno, las células de los nervios no pueden funcionar y mueren en pocos minutos. Y si unas células de los nervios no funcionan, la parte del cuerpo que controlan tampoco puede funcionar. Los devastadores efectos de un ataque cerebral son a menudo permanentes, porque las células cerebrales muertas no se pueden reemplazar.



Las células del cerebro necesitan sangre, oxígeno y nutrientes para funcionar. Si el flujo sanguíneo se bloquea, usted puede tener un ataque cerebral o un TIA.

¿Qué es un TIA?

Un TIA, o ataque isquémico transitorio, es un “mini-ataque al cerebro” que ocurre cuando un coágulo sanguíneo tapa brevemente una arteria. Los síntomas de un TIA son como las señales de aviso de un ataque al cerebro, pero suelen durar sólo unos pocos

minutos. Un 15 por ciento de los ataques cerebrales son precedidos por TIAs, entonces, no los pase por alto. ¡Llame al 9-1-1 o busque inmediatamente atención médica de emergencia!

¿Es verdad que los ataques cerebrales son imposibles de evitar y tratar?

No es verdad. La buena noticia sobre los ataques cerebrales es que en su gran mayoría se pueden prevenir por medio de un estilo de vida saludable: controlar la presión arterial alta; evitar fumar; llevar una dieta baja en grasa y colesterol; hacer actividad física regularmente; mantenerse en un peso saludable; controlar la diabetes; no beber alcohol o beberlo con moderación, etc.

La otra buena noticia es que ¡más de 5.8 millones de víctimas de ataques al cerebro siguen viviendo.

Y es mucho lo que se está haciendo para combatirlos. Por ejemplo, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) ha aprobado el activador de plasminógeno tisular (tPA, siglas en inglés), que puede detener un ataque cerebral en progreso y reducir la incapacidad, lo cual representa un gran avance. Pero, el tPA se usa solamente para tratar los ataques causados por un coágulo, y el paciente debe buscar inmediatamente atención médica de emergencia.

¿Cuáles son las señales de aviso de un ataque al cerebro?

Usted y su familia deberían saber reconocer las señales de aviso de un ataque al cerebro. Puede tener algunas de esas señales, o todas. Tome nota de la hora en que comenzaron los síntomas y llame al 9-1-1 o al número de emergencias médicas en

su área. ¡Un ataque cerebral es una emergencia médica! ¡Haga caso de las señales de aviso, aunque se vayan! ¡Es importante actuar a tiempo! Algunos tratamientos pueden ser eficaces si se administran dentro de las tres horas de aparecer los síntomas

Señales de aviso de un ataque al cerebro:

- Falta de sensación o debilidad repentinas en la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo
- Confusión repentina, problemas repentinos para hablar o entender
- Problemas repentinos para ver con uno o los dos ojos
- Problemas para caminar, mareo, pérdida de equilibrio o de coordinación repentinos

- Dolor de cabeza fuerte y repentino sin causa conocida

Antes de que necesite actuar de emergencia, averigüe dónde está la entrada de emergencia del hospital más cercano. Además, tenga junto al teléfono una lista de los números de emergencia y también llévela siempre con usted, por si acaso.

¡Haga esas cosas YA!

¿Cómo puedo aprender más?

- Hablar con su médico, enfermera o proveedor de salud. Pregúntele sobre otras hojas de "Hablemos sobre los ataques al cerebro".
- Para más información sobre los ataques o para recibir otras hojas, llame a la Asociación Americana de los Ataques al Cerebro al 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653) o visite StrokeAssociation.org.
- Si usted o algún conocido ha tenido un ataque al cerebro, llame a nuestra línea

de asistencia, 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653), para:

- ✓ Hablar con otros sobrevivientes de ataques al cerebro, o con cuidadores capacitados para responder a sus preguntas y darle apoyo.
- ✓ Obtener información sobre grupos de apoyo en su área.
- ✓ Suscribirse a la revista *Stroke Connection*, una publicación gratis para sobrevivientes de ataques al cerebro y sus cuidadores.

¿Tiene preguntas para su médico o enfermera?

Tómese unos minutos y escriba sus preguntas para la próxima vez que vaya al proveedor de servicios de salud:

¿Qué sitio cerca de mi casa es el mejor equipado para atenderme si tuviera síntomas de un ataque cerebral?

¿Cómo puedo reducir mi riesgo de un ataque al cerebro?