

## Recuerde la regla: F.A.S.T. (H.B.C.H.)

Utilice la siguiente regla para reconocer los síntomas de un ataque cerebrovascular. F.A.S.T. (H.B.C.H.):

**F=FACE** (Rostro) Solicite a la persona que sonría. ¿Se le cae un lado de la cara?

**A=ARMS** (Brazos) Solicite a la persona que levante los dos brazos. ¿Tiende a caerse uno de los brazos?

**S=SPEECH** (Habla) Solicite a la persona que repita una frase sencilla. ¿Suenan raras o resulta difícil entender lo que la persona dice?

**T=TIME** (Tiempo) Si observa cualquiera de estos signos, entonces es momento de llamar al 9-1-1.

**Llame al 9-1-1 o vaya al hospital de inmediato. Las células cerebrales pueden estar sufriendo daño irreversible.**



## Pautas de la NSA para la prevención de los ataques cerebrovasculares

Los ataques cerebrovasculares ocupan el tercer lugar entre las principales causas de muerte en América y son el llevar de la causa de la incapacidad en los adultos. Las buenas noticias son que el hasta 80% de los ataques cerebrovasculares pueden ser prevenidos. Las pautas de la National Stroke Association le ayudarán a conocer la forma de reducir su riesgo de padecer un ataque cerebrovascular.

- **Conozca cuál es su presión arterial.** Si es alta, siga las instrucciones de su médico para controlarla. La presión arterial alta es la principal causa de ataques cerebrovasculares.
- **Pregunte si tiene fibrilación auricular.** La fibrilación auricular (FA) es el latido irregular del corazón. Si tiene AF, siga las instrucciones del médico para controlarla.
- **Si fuma, deje de fumar.**
- **Si bebe alcohol, hágalo con moderación.**
- **Conozca su nivel de colesterol.** Si es alto, siga las indicaciones del médico para controlarlo.
- **Si tiene diabetes, siga cuidadosamente los consejos de su médico para controlar la diabetes.**
- **Incluya el ejercicio en su rutina diaria.**
- **Siga una dieta con menos sodio (sal) y menos grasas.**
- **Pregunte a su médico si usted tiene problemas de circulación (flujo de la sangre) que aumenten su riesgo de tener un ataque cerebrovascular.** Si los tiene, siga las instrucciones del médico para controlarlos.
- **Si tiene algún síntoma de un ataque cerebrovascular, busque atención médica de inmediato.**

**Para mayor información, comuníquese con la National Stroke Association  
1-800-STROKES  
(1-800-787-6537)**

# AIT

## Señales de advertencia de un ataque cerebrovascular

Ataque isquémico transitorio

Patrocinado por  
Boehringer Ingelheim Pharmaceuticals, Inc.

**National Stroke Association™**  
www.stroke.org

**1-800-STROKES  
(1-800-787-6537)  
e-mail: info@stroke.org**

**National Stroke Association™**  
www.stroke.org

Las publicaciones de la NSA son revisadas por la NSA para asegurar la precisión médica y científica de las mismas. Comité de Publicaciones. © 2009 National Stroke Association BD1 11/09 - AG70216

## ¿Qué es un ataque cerebrovascular?

Un ataque cerebrovascular es un “ataque cerebral” que se produce cuando la sangre, que es la que lleva el oxígeno al cerebro, deja de circular en forma adecuada y se produce la muerte de las células cerebrales. Se estima que el número de casos de ataque cerebrovascular en los Estados Unidos es 795,000 personas al año.

## ¿Qué es un AIT?

Un ataque isquémico transitorio (AIT) es un mini ataque cerebrovascular, en el cual se presentan síntomas de ataque cerebral que duran menos de 24 horas y luego desaparecen. Los AIT son una señal de advertencia del riesgo de ataque cerebrovascular ¡y no deben ser ignorados!



**El hasta 40% de toda la gente que experimente un AIT se encenderán tener un ataque cerebrovascular. De hecho, el riesgo para un ataque cerebrovascular es especialmente alto en los primeros días después de un TIA. La mayoría de los estudios demuestran que casi la mitad de todos los ataques cerebrovasculares ocurre en el plazo de los primeros 2 días después de un AIT:**

- En el plazo de 2 días después de una AIT, el 5% de gente tendrán un ataque cerebrovascular.
- En el plazo de 3 meses después de una AIT, el 10% a el 15% de gente tendrán un ataque cerebrovascular.

## ¿Cuáles son los síntomas de un AIT?

Los síntomas del AIT y del ataque cerebrovascular son básicamente los mismos. Una persona que tiene un AIT o un ataque cerebrovascular puede experimentar uno o varios de los siguientes síntomas:

- Entumecimiento o debilidad repentinos de la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo.
- Confusión repentina, dificultad para hablar o comprender.
- Dificultad repentina para ver con uno o ambos ojos.
- Dificultad para caminar, mareo, pérdida de equilibrio o de coordinación repentinos.

Si tiene alguno de estos síntomas u observa estos síntomas en otra persona, aunque sea por poco tiempo, debe llamar al 911 o ir rápidamente a un hospital. El tratamiento es más eficaz si se inicia de inmediato. ¡Un ataque cerebrovascular es una emergencia! ¡Cada minuto cuenta!



**Usted no puede determinar si es un ataque cerebrovascular o un AIT. Sólo un médico puede ver la diferencia. Si usted está presentando un AIT, el médico puede identificar y tratar las causas.**

Esto puede reducir su riesgo de padecer un ataque cerebrovascular en el futuro. Si está teniendo un ataque cerebrovascular, el tratamiento de emergencia podría salvar su vida y aumentar sus probabilidades de tener una buena recuperación.

La mayoría de los ataques cerebrovasculares que ocurren después del AIT se producen poco tiempo después del AIT, y es por ello que es de vital importancia que usted reciba atención médica de inmediato.

Lamentablemente, la mayoría de las personas que tienen un AIT no consultan a un médico porque los síntomas no causan dolor y desaparecen rápidamente. Si usted alguna vez tuvo un AIT, hay muchas probabilidades de que presente otro AIT nuevamente o un ataque cerebrovascular. **Recuerda: el hasta 80% de los ataques cerebrovasculares pueden ser prevenidos. Hay cosas que usted puede hacer para reducir su riesgo de padecer un ataque cerebrovascular.**

## ¿Cuáles son las causas del AIT?

Los vasos sanguíneos transportan la sangre por todo el organismo. Cuando un vaso sanguíneo del cerebro se obstruye por un período muy breve, la irrigación sanguínea de esa zona del cerebro se reduce o cesa completamente. Esta falta de sangre (y de oxígeno) con frecuencia conduce a síntomas pasajeros como habla ininteligible o visión borrosa.

Los AIT generalmente son el resultado de una de las siguientes causas:

- El flujo de sangre se reduce en una zona donde existe un estrechamiento (bloqueo) de una arteria principal que transporta sangre al cerebro, por ejemplo la carótida.
- Un coágulo de sangre que está en otra parte del cuerpo (por ejemplo en el corazón) se desprende, llega al cerebro y bloquea un vaso sanguíneo del cerebro.
- Un estrechamiento de un vaso sanguíneo menor del cerebro, que provoca una breve obstrucción del flujo sanguíneo; generalmente es causado por una acumulación de placa (una sustancia grasa).



## ¿Cómo se diagnostica un AIT?

Es importante determinar la causa de un AIT para que usted y su médico puedan desarrollar un plan de prevención.

Para determinar la causa de un AIT, su médico puede realizar algunas pruebas, como por ejemplo:

- análisis de sangre para ver si hay problemas de coagulación.
- estudios para obtener radiografías o imágenes del cerebro para detectar bloqueos o coágulos en las arterias y evaluar el flujo de la sangre en los vasos sanguíneos; estos estudios incluyen ultrasonidos y resonancias magnéticas (RM) o una tomografía computarizada (TC).
- estudios para determinar si existen problemas cardíacos, por ejemplo arritmias.

## ¿Cómo se maneja un AIT?

El objetivo del manejo de un AIT es prevenir un futuro ataque cerebrovascular. Los medicamentos y las terapias que se utilicen dependerán de cuál sea exactamente la causa del AIT. Además de cambios en el estilo de vida, como dieta y ejercicio, su médico puede recomendarle fármacos para tratar la presión arterial alta, el colesterol alto o la afección cardíaca que usted pueda tener. Estos cambios pueden reducir su riesgo de padecer otro AIT o un ataque cerebrovascular.

Existe una gran cantidad de medicamentos que son efectivos para prevenir la formación de coágulos sanguíneos y reducir el riesgo de presentar un ataque cerebrovascular.

La aspirina es el más común y menos costoso de estos medicamentos. Otros de los fármacos que su médico puede considerar como alternativas son la warfarina (Coumadin™), el clopidogrel (Plavix®), y una combinación de aspirina y dipiridamol de liberación prolongada (Aggrenox®). Algunos estudios también han demostrado que el riesgo de padecer un ataque cerebrovascular es menor en los pacientes que están tomando perindopril erbumina (Aceon®) o perindopril junto al diurético indapamida.

Si el AIT es causado por un bloqueo de la arteria principal del cuello que irriga el cerebro, denominada arteria carótida interna, puede ser necesario realizar una cirugía para abrir la arteria y prevenir un ataque cerebrovascular. Estos procedimientos se conocen con el nombre de endarterectomía e implante de stent.

Consulte con su médico cuáles son las mejores opciones para la prevención en su caso. Luego, asuma la responsabilidad y disfrute de un estilo de vida saludable. Los cambios en su estilo de vida que haga hoy, como comer alimentos saludables y dejar de fumar, pueden reducir su riesgo de tener un ataque cerebrovascular en el futuro.