Bienestar Universal

ICTUS

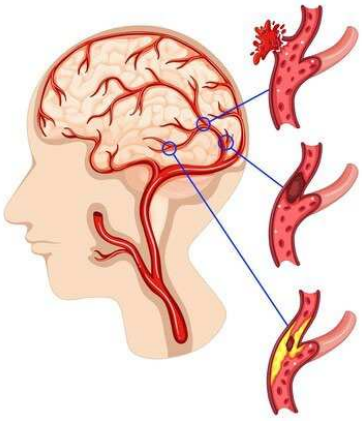
ACCIDENTE VASCULAR CEREBRAL

¿Qué es?

El término ICTUS, que procede del latín y significa "golpe" o "ataque", se utiliza para describir la interrupción súbita de sangre y oxígeno a una parte del cerebro, también conocida como un accidente vascular cerebral o AVC.

Los AVC más frecuentes son los isquémicos (85%), debidos a trombos que taponan las arterias cerebrales y no permiten el riego de la zona correspondiente. Y en un porcentaje menor (15%) se originan por la rotura y consiguiente hemorragia de una arteria cerebral (hemorrágicos).

¿Cómo podemos identificarlo?



- Alteraciones repentinas o dificultad en la forma de hablar.
- Confusión mental, lenguaje inconexo.
- Dolor de cabeza intenso y brusco.
- Alteraciones en la visión uni o bilaterales.
- Inestabilidad, falta de coordinación de los movimientos.
- Incapacidad para caminar normalmente.
- Parálisis parcial o total de un lado del cuerpo o de la cara.
- Falta de fuerza repentina en un miembro.

Frente a cualquier señal que nos pueda alertar de un posible ICTUS debemos actuar en el menor tiempo posible, dado que se trata de una **urgencia vital.** La supervivencia y la gravedad de las secuelas de la persona afectada dependerán de la rapidez de actuación.

"Avisar a través del 112 a los servicios de emergencia es lo primero que debemos hacer"

Para saber más:

El ICTUS suele desencadenarse de forma **brusca**, es más frecuente entre los hombres, pero la gravedad es mayor en las mujeres , siendo en ellas la primera causa de mortalidad.

Las **secuelas** pueden ser **muy graves**, desde parálisis irreversibles, demencia, e incluso estados comatosos.

La rapidez de actuación, la atención médica adecuada y el tratamiento precoz , facilitarán la recuperación y minimizará las posibles secuelas.

Decálogo preventivo

1. Mantén a raya tu colesterol.
2. Vigila las cifras de tensión arterial.
3. Lleva una dieta saludable, limitando el consumo de azúcar y sal.
4. Evita o modera el consumo de alcohol.
5. Si eres fumador, plantéate dejarlo cuanto antes.
6. Mueve tu cuerpo siempre que puedas.
7. Controla tu peso.
8. Ejercita tu memoria.
9. Descansa adecuadamente y reduce tus niveles de estrés.
10. Consulta a tu médico ante cualquier síntoma, sobre todo si tienes antecedentes personales o familiares.

Material publicado en 2024

Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social

MINISTERIO DE INCLUSIÓN, SEGURIDAD SOCIAL Y MIGRACIONES

SECRETARÍA DE ESTADO DE LA SEGURIDAD SOCIAL Y PENSIONES

DIRECCIÓN GENERAL DE ORDENACIÓN DE LA SEGURIDAD SOCIAL

Mutua Universal