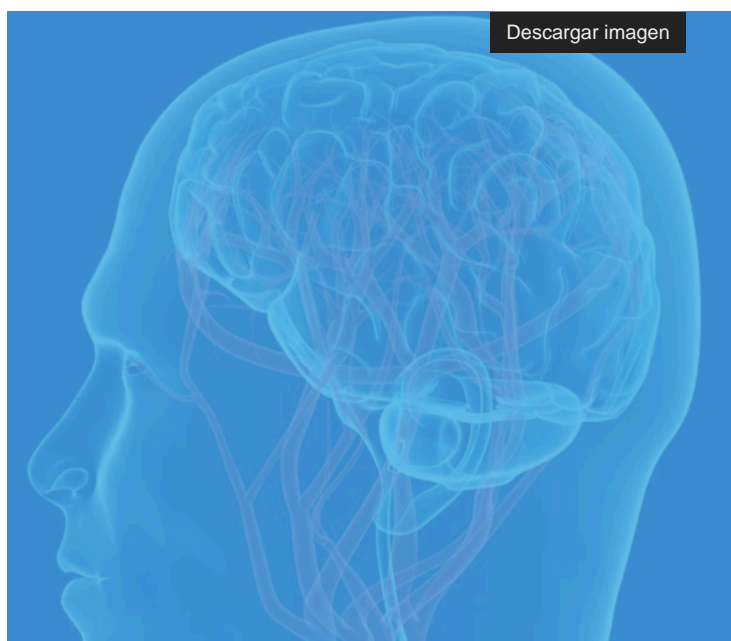




martes 24 de julio de 2018

# CAMPAÑA CONCIENCIACIÓN SOBRE EL ICTUS

**La Delegación de Salud se suma a la iniciativa de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía que pone en marcha una campaña de concienciación sobre el ictus, formas de prevenirlo y síntomas para cogerlo a tiempo.**



La Delegación de Salud del Ayuntamiento se suma a la campaña que desde la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, a través de los Centros de Salud, se está llevando a cabo para informar sobre el ICTUS, un problema de salud en el que es de vital importancia una actuación rápida y urgente en el momento en que aparecen los primeros síntomas.

Son numerosos los factores de riesgo que se han relacionado con el ictus, los más importantes son la hipertensión arterial (HTA) y la edad, pero también destacan; el tabaquismo, la diabetes (DM), el consumo de alcohol y otras drogas, las dislipemias, la obesidad, la presencia de cardiopatías embolígenas (fundamentalmente la fibrilación auricular y las valvulopatías) y el sexo.

El objetivo de esta campaña es mejorar la detección precoz y el control de los factores de riesgo, promover la interpretación correcta de los síntomas de ictus por parte de la ciudadanía para conseguir una accesibilidad rápida y eficaz al circuito sanitario. y garantizar una respuesta rápida y eficaz de la red asistencial ante la sospecha de un ictus, potenciando la coordinación de todos los profesionales y niveles asistenciales implicados.

El ictus es un problema de salud más frecuente e importante de lo que buena parte de la población piensa, ya que puede resultar altamente incapacitante y mortal. En la actualidad, es la primera causa de discapacidad grave en el adulto (tanto física como intelectual) y de dependencia; la segunda causa de muerte en España y la primera en la mujer española.

Uno de cada seis españoles va a sufrir un ictus a lo largo de su vida, pero, a pesar de la alta frecuencia de este episodio muchas personas aún no saben qué es y cuáles son sus causas.



## ¿Que es un AVC o ICTUS?

El ictus es un conjunto de enfermedades que afectan a los vasos sanguíneos que suministran la sangre al cerebro. Este grupo de patologías, conocidas popularmente como embolias, también se denominan accidentes cerebrovasculares (ACV) y se manifiestan súbitamente. El ictus es el equivalente a un infarto de corazón, pero en el cerebro.

Existen dos tipos principales de ictus: los ictus hemorrágicos o hemorragias cerebrales, que se producen cuando un vaso sanguíneo (vena o arteria) se rompe, y los ictus isquémicos o infartos cerebrales, que ocurren cuando una arteria se obstruye por la presencia de un coágulo de sangre. A menudo, este trombo se origina en el corazón y se desplaza hasta el cerebro, donde interrumpe el flujo sanguíneo. Cuando se sufre un ictus, el daño cerebral adquirido puede ser irreparable y dejar secuelas graves, que repercutan de forma notable en la calidad de vida de los afectados. Después de un ictus, sólo un tercio de los pacientes se recupera totalmente, otro tercio queda con secuelas y otro tercio fallece. Además, el 25% de las personas que padecen un ictus mueren durante los 30 días siguientes.

## ¿Cuales son las señales de alarma?

La detección precoz del ictus es fundamental para diagnosticar qué tipo de accidente cerebrovascular es y suministrar el tratamiento adecuado lo antes posible. De esta manera se puede reducir al máximo sus secuelas y la mortalidad de las personas afectadas.

Las señales de alarma del ictus son las siguientes:

1. Pérdida de fuerza en la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo, de inicio brusco.
2. Trastornos de la sensibilidad, sensación de “acorchamiento u hormigueo” de la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo, de inicio brusco.
3. Alteración repentina del habla, dificultad para expresarse, lenguaje que nos cuesta articular y ser entendido por quien lo escucha.

Cuando una persona o alguien de su entorno se percata de que está padeciendo un ictus, **debe acudir o ser trasladada lo antes posible a un hospital** donde pueda recibir atención médica urgente y que disponga, preferiblemente, de unidades de ictus. Pida ayuda médica lo más urgente posible llamando al **112 ó 061**.

**Las primeras tres horas desde el inicio de los síntomas son claves:** cuanto más rápido se actúe, el paciente tendrá más probabilidades de recuperarse y menos de quedar con secuelas o de morir. Además, el tratamiento actual para los infartos cerebrales sólo funciona durante las primeras tres horas desde la aparición de los primeros síntomas. Una vez transcurrido este intervalo de tiempo, el tratamiento deja de ser eficaz.



### ¿Cuales son los factores de riesgo?

Los ictus se pueden prevenir. Algunos de los factores de riesgo, como la edad, antecedentes familiares, sexo y raza, no se pueden modificar. Pero otros factores de riesgo sí son corregibles, como son el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, consumo de drogas, la hipertensión arterial, tener niveles de colesterol elevados en sangre, la diabetes, la obesidad, la vida sedentaria, las dietas ricas en sal y en grasas y enfermedades del corazón, como la fibrilación auricular.

La prevención primaria del ictus se basa en la identificación y corrección de estos factores de riesgo para evitar este accidente cerebrovascular cuando aún no ha ocurrido.

# Consejos para prevenir un accidente cerebro vascular (ACV) o ictus

- 1** Conocer los niveles de colesterol y tensión arterial  

- 2** Realizar ejercicio físico con regularidad  

- 3** Control de azúcar  

- 4** Dejar el tabaco  

- 5** Aumentar la reserva cognitiva  

- 6** Conoce señales alarma
- 7** Mantener un peso saludable  

- 8** Reducir

## Más información

- Portal de la Consejería de Salud [ <http://www.juntadeandalucia.es/organismos/salud.html> ]
- Plan Andaluz de Atención al ICTUS [ <http://www.juntadeandalucia.es/organismos/salud/areas/planificacion/plan-integral/paginas/plan-ictus.html> ]
- Medidas de actuación en el ICTUS [ <http://www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/publicaciones/listadodeterminado.asp?idp=498> ]
- Teléfono 955 062 627
- Correo electrónico [informacion@juntadeandalucia.es](mailto:informacion@juntadeandalucia.es) [ <mailto:informacion@juntadeandalucia.es> ]

