

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

Los ataques al cerebro son la tercera causa de muerte en este país. También son una principal causa de incapacidad severa a largo plazo. Las personas mayores de 55 años tienen más probabilidades de un ataque cerebral y su riesgo aumenta a medida que envejecen. Los hombres, los africano-americanos y las personas con diabetes o enfermedades del corazón son las que corren más riesgo de un ataque al cerebro.

Las buenas noticias son que unos 4.6 millones de personas que han tenido un ataque cerebral están vivas todavía. Es importante reconocer las señales de aviso de un ataque cerebral. Si usted actúa rápidamente y va a un hospital de inmediato, puede prevenir un ataque al cerebro serio o ¡salvar su vida!

Su familia y usted deberían aprender las señales de aviso de un ataque al cerebro. Se puede tener algunas o todas ellas. Pueden durar desde unos minutos hasta 24 horas o más.

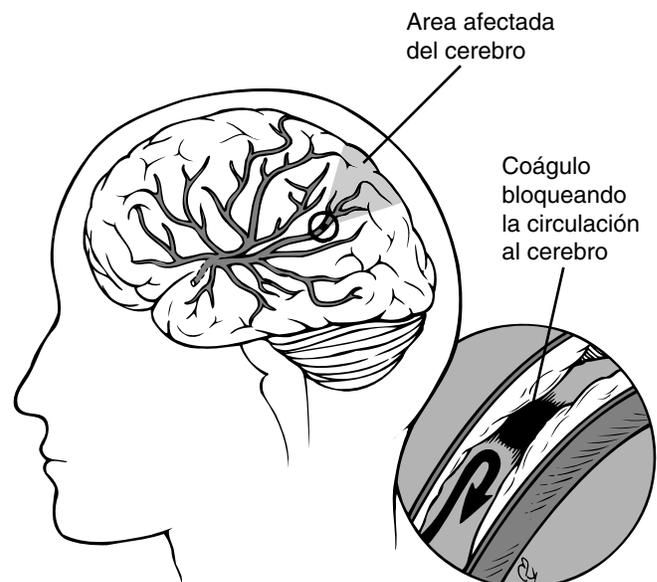
- Siente debilidad repentina en un brazo, una mano o una pierna.
- No puede sentir un lado de la cara o del cuerpo.
- Pierde la vista de un ojo repentinamente.
- Tiene dificultad repentina para hablar.
- No puede entender lo que otros le dicen.
- Se siente mareado o pierde el equilibrio.
- Tiene un dolor de cabeza repentino y muy fuerte.

¿Cómo ocurre un ataque cerebral?

Un ataque cerebral ocurre cuando uno de los vasos sanguíneos que nutre el cerebro se bloquea o revienta. Entonces, esa parte del cerebro no puede funcionar, ni tampoco puede funcionar la parte del cuerpo que esa área controla.

Los TIAs, o “transient ischemic attacks” (ataques isquémicos transitorios), son “ataques de aviso” que pueden ocurrir antes de un ataque al cerebro grave. Ocurren cuando un coágulo bloquea una arteria por poco tiempo. Generalmente duran sólo unos minutos. Si usted siente algunas señales, ¡vaya a un hospital inmediatamente!

La presión alta no controlada, el fumar tabaco y las enfermedades del corazón lo ponen a usted en mayor riesgo de un ataque al cerebro.



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

¿Qué debería hacer si sospechara tener un ataque al cerebro?

- **Llame al 9-1-1 o al número de los servicios médicos de emergencia (EMS, siglas en inglés) en su área (departamento de bomberos o al ambulancia). Vaya de inmediato al hospital.**
- Si usted es el que tiene los síntomas y no tiene acceso a los EMS, pídale a alguien que lo lleve al hospital de inmediato. No maneje usted, a menos que absolutamente no tenga otra opción.

¿Qué más puedo hacer?

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

números de teléfono 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 ataque cerebral?

Usted puede salvar su vida o evitar de quedar incapacitado por un ataque cerebral si usted hace estas cosas:

- No fume, y evite el humo de otros fumadores.
- Trate la presión arterial alta si la tiene.
- Siga una dieta saludable baja en grasa saturada, colesterol y sal.
- Haga actividades físicas regularmente.
- Mantenga su peso bajo control.
- Siga las indicaciones de su médico para tomar medicinas.
- Controle el azúcar en sangre si tiene diabetes.
- Hágase chequeos médicos con regularidad.

¿Cómo puedo aprender más?

- Hable con su médico, enfermera o profesional de salud. O llame a la Asociación Americana del Corazón al 1-800-242-8721, o a la Asociación Americana de los Ataques al Cerebro al 1-888-478-7653.
- Si usted tiene una enfermedad del corazón o ha tenido un ataque al cerebro, sus familiares también pueden tener más riesgo. Es muy importante que ellos hagan ahora cambios para reducir su riesgo.
- El apoyo y la comprensión son importantes para recuperarse de un ataque cerebral. Usted puede obtener ayuda de la “Stroke Family Support Network” (la Red de Apoyo para las Familias de Personas con Ataques al Cerebro) de la Asociación Americana de los Ataques al Cerebro al 1-888-478-7653.

Sus contribuciones a la Asociación Americana del Corazón o a la Asociación Americana de los Ataques al Cerebro proveen fondos para la investigación científica, que hace posibles publicaciones como ésta.

©1995–2002, American Heart Association.
What Are the Warning Signs of Stroke and TIA?

American Heart Association® 
Fighting Heart Disease and Stroke
National Center
7272 Greenville Avenue
Dallas, Texas 75231-4596
americanheart.org