

Conocer sobre los accidentes cerebrovasculares

Tome medidas preventivas

Interrumpa el accidente cerebrovascular antes de que interrumpa completamente su vida.

La mejor manera de prevenir un accidente cerebrovascular, una de las principales causas de discapacidad y muerte, es reduciendo su riesgo. Usted está en mayor riesgo si fuma, es físicamente inactivo, tiene obesidad o sufre de presión arterial alta, colesterol alto, enfermedad cardíaca o diabetes. Cuanto antes empiece a tomar medidas para reducir su riesgo, mejor.

El accidente cerebrovascular puede ocurrirle a cualquiera, incluso si es joven.

Aproximadamente 800,000 personas sufren un accidente cerebrovascular cada año en los Estados Unidos. Si bien casi tres cuartas partes de los accidentes cerebrovasculares ocurren en personas mayores de 65 años y el riesgo se duplica aproximadamente cada década después de los 55 años, la tasa de accidentes cerebrovasculares está aumentando en adultos jóvenes menores de 49 años.

Por qué el accidente cerebrovascular causa graves trastornos

El accidente cerebrovascular ocurre cuando se interrumpe el flujo de sangre al cerebro. Cuando esto sucede, las células cerebrales comienzan a morir porque dejan de recibir oxígeno y nutrientes. El daño a las células y las conexiones cerebrales después de un accidente cerebrovascular puede causar graves problemas con el movimiento, el equilibrio, la sensación, la deglución, el pensamiento, la memoria y la comprensión del lenguaje, sin mencionar los problemas emocionales. Estos efectos visibles e invisibles pueden ser devastadores para la vida.

Llegar a un hospital rápidamente salva vidas y aumenta las probabilidades de una recuperación exitosa.



National Institute of
Neurological Disorders
and Stroke

6 maneras de reducir el riesgo de accidente cerebrovascular



Trate la presión arterial alta



Haga ejercicio y manténgase físicamente activo



Coma saludablemente



Controle el colesterol



Controle la diabetes



Deje de fumar

Prevención para sobrevivientes de accidentes cerebrovasculares

Si bien aproximadamente 200,000 accidentes cerebrovasculares por año en los EE. UU. ocurren en personas que ya han tenido uno o más accidentes cerebrovasculares, la buena noticia es que usted puede reducir el riesgo de sufrir más accidentes cerebrovasculares. Consulte a su médico sobre cuáles de los pasos de las "6 maneras de reducir el riesgo de accidente cerebrovascular" debe tomar y sobre los medicamentos que pueden ayudar.



MÁS
INFORMACIÓN

