



# ¿Cuáles son las señales de aviso de un ataque al cerebro?

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

La buena noticia es que unas 5.7 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!

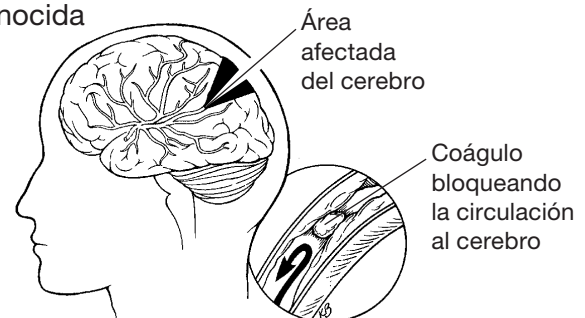
Su familia y usted deberían aprender las señales de aviso de un ataque al cerebro.

Se pueden presentar algunas o todas ellas:

- Falta de sensación o debilidad repentinamente en

la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo

- Problemas repentinamente para ver con uno o los dos ojos
- Problemas repentinamente para hablar o entender lo que dicen otras personas
- Pérdida de equilibrio o de coordinación repentina
- Dolor de cabeza fuerte y repentino sin causa conocida



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

## ¿Cómo ocurre un ataque cerebral?

Un ataque cerebral ocurre cuando uno de los vasos sanguíneos que nutre el cerebro se bloquea o revienta. Por consecuencia, la parte del cerebro correspondiente pierde funcionamiento. La parte del cuerpo controlada por esa sección del cerebro también pierde funcionamiento.

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 colesterol alto, el fumar y las enfermedades del corazón elevan su riesgo de un ataque al cerebro

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

- **Llame de inmediato al 9-1-1 o al número de los servicios médicos de emergencia (EMS, siglas en inglés)** en su área (departamento de bomberos o a la ambulancia). Además, anote la hora cuando comenzaron las señales de aviso. Es muy importante responder de inmediato. Si se administra un medicamento anticoagulante antes de que pasen tres horas desde el

comienzo de los síntomas, se puede reducir el grado de incapacidad a largo plazo asociada con el tipo más común de ataque cerebral.

### **Vaya de inmediato al hospital.**

- Si usted 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.

## ¿Cómo puedo ayudar a prevenir un ataque cerebral?

Usted puede salvar su vida o evitar 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, grasa trans, colesterol y sal.
- Haga actividades físicas regularmente.
- Mantenga su peso bajo control.
- Siga las indicaciones de su médico para tomar medicinas.
- Controle la azúcar en sangre si tiene diabetes.
- Hágase chequeos médicos con regularidad.

## ¿Cómo puedo aprender más?

1. Hable con su doctor, enfermera u otro profesional de la salud. Si Ud. tiene problemas del corazón o ha sufrido un ataque al cerebro (también se le llama apoplejía o derrame cerebral), miembros de su familia corren un riesgo más alto. Es muy importante que ellos hagan cambios en su vida para disminuir esos riesgos.
2. Llame a la American Heart Association al 1-800-USA1 (1-800-242-8721), o visítenos en [americanheart.org](http://americanheart.org) para informarse mejor sobre las enfermedades del corazón.

3. Para más información sobre los ataques al cerebro, llame al 1-888-4-STROKE o visítenos en [StrokeAssociation.org](http://StrokeAssociation.org).

Tenemos muchas otras hojas de información y folletos educativos que lo ayudarán a escoger mejor para su salud, reducir sus riesgos, manejar su problema del corazón y cuidar a un ser querido.

El conocimiento es poder. Así que, ¡aprenda y viva!

## ¿Cuáles son las señales de aviso de un ataque al corazón o ataque al cerebro?

Las señales de aviso de un ataque al corazón:

Algunos ataques al corazón son repentinos e intensos, pero la mayoría comienza lentamente, con dolor o malestar ligero y uno o más de estos síntomas:

- **Dolor en el pecho**
- **Malestar en otras áreas de la parte superior del cuerpo**
- **Dificultad para respirar con o sin malestar en el pecho**
- **Otras señales, incluyendo comenzar a sentir un sudor frío, náusea o mareo**

Las señales de aviso de un ataque al cerebro:

- **Falta de sensación o debilidad repentinamente en la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo.**
- **Confusión repentina, problemas repentinos para hablar o entender.**
- **Problemas repentinos para ver con uno o los dos ojos.**
- **Problemas para caminar, mareo, pérdida de equilibrio o de coordinación repentinos.**
- **Dolor de cabeza fuerte y repentino sin causa conocida.**

Aprenda a reconocer un ataque al cerebro. El tiempo perdido es cerebro perdido.

Llame al 9-1-1. Vaya de inmediato a un hospital si tiene los síntomas de un ataque al corazón o ataque al cerebro.

## ¿Tiene preguntas o comentarios para su médico o enfermera?

Tómese unos minutos para escribir sus propias preguntas para la próxima vez que visite a su proveedor de servicios de salud. Por ejemplo:

¿Cómo recuperaría de un ataque al cerebro?

¿En qué se diferencia un ataque al cerebro de un ataque al corazón?

Sus contribuciones a la American Heart Association proveen fondos para la investigación científica, que hace posibles publicaciones como ésta.

Las estadísticas en esta hoja estaban actualizadas en el momento de publicación. Las estadísticas más recientes son publicadas en "Heart Disease and Stroke Statistics Update", en [americanheart.org/statistics](http://americanheart.org/statistics).

