



American Heart Association®

Hard Hats with Heart™



Charlas sobre seguridad

Detecta un ataque o derrame cerebral con el método F.A.S.T.

Conocer las señales de alerta

Si aprendes y compartes las señales de alerta, conocidas como F.A.S.T. (“rápido” en inglés), podrías salvar a una persona de padecer un ataque o derrame cerebral.

- F = Face Drooping (adormecimiento facial): ¿la persona presenta entumecimiento o parálisis en un lado de la cara? Pide a la persona que sonría. ¿La sonrisa de la persona es dispareja o está torcida?
- A = Arm Weakness (debilidad en un brazo): ¿la persona siente un brazo débil o entumecido? Pide a la persona que suba los dos brazos. ¿Uno de los brazos se cae?
- S = Speech Difficulty (dificultad para hablar): ¿la persona arrastra las palabras?
- T = Time to call 911 (es el momento de llamar al servicio de emergencias).

Además de lo definido en el método F.A.S.T., debes tener en cuenta otros síntomas, como los siguientes:

- Sensación repentina de entumecimiento o debilidad de los músculos del rostro, el brazo o la pierna, sobre todo en un lado del cuerpo
- Confusión repentina, dificultad para hablar o comprender lo que alguien dice
- Problemas repentinos de visión en uno o en ambos ojos
- Dificultad repentina para caminar, mareos o pérdida de equilibrio o coordinación
- Cefalea grave repentina sin causa conocida

Si tienes alguno de estos síntomas o notas que otra persona los tiene, llama a emergencias de inmediato. Un tratamiento rápido en el hospital puede tener los mejores resultados.

ANOTA EL MOMENTO EN EL QUE APARECIÓ ALGUNO DE LOS SÍNTOMAS POR PRIMERA VEZ. Existen opciones médicas que pueden reducir los efectos a largo plazo del ataque o derrame cerebral si se administran poco después de su aparición.

Preguntas frecuentes:

¿Por qué es importante conocer las señales de alerta del ataque o derrame cerebral del método F.A.S.T.?

Los ataques o derrames cerebrales son la quinta causa de muerte y una de las principales causas de discapacidad en los Estados Unidos. Un ataque o derrame cerebral puede ocurrirle a cualquier persona, a cualquier edad y en cualquier momento, y todo el mundo debe conocer las señales de alerta.

En promedio, 1,9 millones de células cerebrales mueren cada minuto que no se trata un ataque o derrame cerebral.

Un ataque o derrame cerebral es una EMERGENCIA. Llama a emergencias de manera inmediata.

Preguntas de debate:

- ¿Cuáles son los procedimientos para una emergencia médica en el lugar de trabajo?