

ICTUS

QUÉ ES, CÓMO LO DETECTO Y QUÉ HAGO ANTE UN ICTUS

QUÉ ES

El ICTUS es una interrupción del suministro de sangre a un área del cerebro. La sangre contiene oxígeno que es necesario para que funcionen los distintos órganos del cuerpo y por supuesto el cerebro.

La interrupción de la llegada de sangre con oxígeno al cerebro puede deberse a dos motivos:

1. Alguno de los vasos sanguíneos que transportan la sangre al cerebro se tapona (ICTUS ISQUÉMICO)
2. Alguno de los vasos del cerebro se rompe (ICTUS HEMORRÁGICO)

Al no recibir la sangre y el oxígeno necesarios, las células cerebrales pueden morir, causando un daño permanente al cerebro. Si a esa persona no se le atiende pronto puede quedar con un daño importante cerebral, y una vida limitada o incluso morir.

CÓMO LO DETECTO

Para identificar si una persona está sufriendo un ICTUS, pídale que:



1. SONRÍA

La sonrisa debe ser simétrica.

2. ALCE LOS BRAZOS

juntos con los ojos cerrados. Ambos deben subir.

3. DIGA SU NOMBRE o

pronuncie una frase simple, pero coherente.

QUÉ HAGO

Cuando vemos a una persona con estos síntomas debemos **llamar cuanto antes al 112**. Es muy importante atenderle rápidamente y llevarle al hospital lo antes posible para evitar secuelas o incluso el fallecimiento.

Mientras estamos con esa persona, podemos ayudarlo a que se coloque en un sitio seguro, sentado o tumbado con la cabeza elevada y acompañarlo, intentando que esté lo más tranquilo posible.

***Recuerda: FAST (rápido)**

Face, (Asimetría facial) | **A**rms (Caida de un brazo) | **S**peech (Alteración del habla) | **T**ime (LLama rápido al 112)

CÓMO PREVENIR UN ICTUS

Esta enfermedad produce incapacidad y muerte en personas relativamente jóvenes y es fundamental evitar que se produzca manteniendo hábitos de vida saludable:

1. Una dieta equilibrada es la más indicada.
2. Ejercicio moderado: Por ejemplo caminar, está muy aconsejado.
3. Poco alcohol y ¡No! al tabaco como 2 y 2 son cuatro...
4. ... Y controlar otros males que como el ICTUS son fatales.
5. Lo que recete el doctor hay que tomar con rigor.