

¿Qué es un ictus

El **ictus o accidente cerebrovascular** es un trastorno brusco de la circulación cerebral que se produce cuando uno de los vasos sanguíneos que lleva la sangre al cerebro se rompe o se tapona.

Factores de riesgo

El 80% de los ictus están provocados por factores de riesgo modificables, entre los que destacan:

- ⊗ **Hipertensión arterial**
Es el factor de riesgo con más peso y multiplica por cinco la probabilidad de sufrir un ictus. Se recomienda mantenerla por debajo de 140/90 mm Hg (de 130/80 mm Hg en diabéticos y enfermedad renal crónica).
- ⊗ **Diabetes**
El riesgo de ictus es de 2 a 6 veces mayor en diabéticos/as.
- ⊗ **Hipercolesterolemia**
Los niveles elevados de colesterol aumentan el riesgo de ictus. Es importante mantener el colesterol HDL por debajo de 160 y el LDL por debajo de 100.
- ⊗ **Vida sedentaria y obesidad**
Se recomienda mantener el índice de masa corporal recomendado y realizar al menos 30 minutos de actividad física cada día.
- ⊗ **Tabaquismo, consumo de alcohol y drogas**
Los fumadores tienen el doble de riesgo de sufrir un ictus.

El 20% de los ictus está asociado a factores de riesgo no modificables, como la edad (mayor incidencia a partir de los 65 años), el género (más frecuente en hombres) y la historia familiar (antecedentes familiares de enfermedad cardiovascular).

El 80% de los **ictus** podrían evitarse atendiendo a los **factores de riesgo**

Aprende a reconocer sus síntomas para requerir atención inmediata

Consulta en esta farmacia

ICTUS ✓

ICTUS ✓

Conocer el ictus
puede salvar **tu vida**



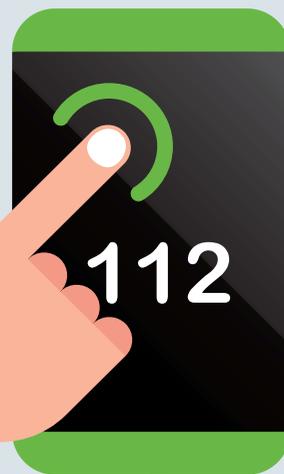
1



Atención temprana

La atención en las **primeras cuatro horas** es fundamental para la supervivencia tras un ictus, así como para incrementar las posibilidades de recuperación de los/as afectados/as.

2



Llama al 112 ante la presencia de uno o varios de estos síntomas

3



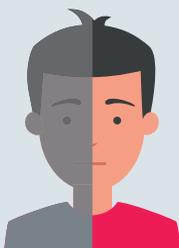
Hasta la llegada de la asistencia...



- ✓ Afloja la ropa de la persona afectada para que pueda respirar
- ✓ Tumbale con la cabeza y los hombros un poco levantados
- ✓ Si pierde la consciencia colócale en la posición lateral de seguridad y vigila su respiración
- ✓ Si no respira, inicia la reanimación cardiovascular



Dolor de cabeza muy intenso de inicio brusco y distinto del habitual



Pérdida de fuerza, sensibilidad o disminución de la coordinación en la mitad del cuerpo



Pérdida total o parcial de la visión o visión borrosa



Dificultad para hablar o para entender cuando te hablan

Pérdida de sensibilidad en la cara