



Sobre el ACV

¿Qué es un ACV?

Es la sigla de **Accidente Cerebrovascular**.

Es una afección producida por obstrucción o ruptura de una arteria del cerebro, que puede dejar secuelas físicas y mentales irreversibles e, incluso, causar la muerte.

Es la primera causa de discapacidad y tercera causa de muerte en nuestro país.

Conocer más sobre él, saber cuáles son sus síntomas y actuar con rapidez son las mejores formas de protegernos.


San Martín

Cuándo sospecharlo

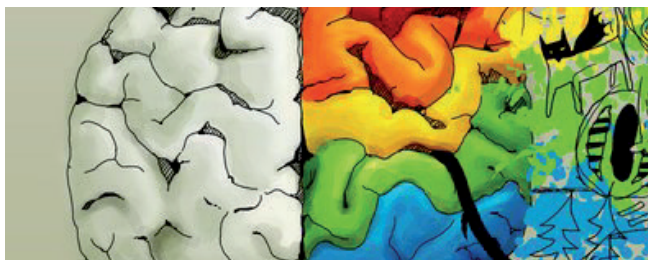
Si súbitamente sentís:

1. Debilidad o adormecimiento en un brazo, una pierna o la mitad de la cara.
2. Confusión o dificultad para hablar o entender.
3. Problemas para ver con un ojo o ambos.
4. Pérdida del equilibrio o de coordinación.
5. Dolor de cabeza muy intenso e inexplicable.

Qué hacer

Si se presentan algunos de estos síntomas deberá acudir inmediatamente al servicio de guardia médica.

Ante la sospecha de ACV, el profesional actuante solicitará una Tomografía Axial Computada (TAC) o Resonancia Nuclear Magnética (RNM) para confirmar el diagnóstico.



Cómo prevenirlo

El ACV es prevenible si se controlan los factores de riesgo cardiovascular.

Hipertensión arterial: Contrólese y conozca su presión arterial; si es alta consulte a su médico.

Tabaquismo: Si lo hace, deje de fumar. Si no puede solo, busque ayuda.

Sedentarismo: Haga ejercicio en forma diaria, por lo menos caminar 30 minutos.

Obesidad: Busque bajar de peso en forma saludable; consuma poca sal y alimentos bajos en grasa.

Colesterol: Con un simple análisis puede conocer sus valores en sangre; de ser necesario consulte con su médico para llevarlos a niveles adecuados.

Diabetes: Siga todas las indicaciones del equipo médico que lo acompaña.

Stress: Consulte sobre estrategias - o busque las propias - para reducir el nivel del mismo.

El ACV puede ocurrir también en gente joven y está relacionado con causas genéticas.

Los síntomas son los mismos, así como la urgencia en la atención.

Monitoreo de Factores de Riesgo Cardiovascular

La siguiente grilla le facilitará el registro de valores que influyen en la prevención del ACV. Se recomienda el control anual con su médico de cabecera.

Fecha					
Presión Arterial					
Peso					
IMC					
Stress					
Glucemia					



San Martín