



El **ACCIDENTE CEREBROVASCULAR** ocurre cuando un coágulo o una rotura de un vaso interrumpe o reduce el flujo sanguíneo al cerebro.

## ¿LO SABÍA?

Mayo es el mes de la concientización sobre el accidente cerebrovascular y el día mundial del accidente cerebrovascular es el 29 de octubre



Una persona en los Estados Unidos tiene un accidente cerebrovascular cada **40 SEGUNDOS**. Cada **4 MINUTOS**, una persona muere por un accidente cerebrovascular.



La **PRESIÓN ARTERIAL ALTA** puede indicar un mayor **RIESGO DE ACCIDENTE CEREBROVASCULAR**.

# RÁPIDO

**R**OSTO CAÍDO **A**LTERACIÓN DEL EQUILIBRIO **P**ÉRDIDA DE FUERZA EN EL BRAZO O UNA PIERNA **I**MPEDIMENTO VISUAL REPENTINO **D**IFICULTAD PARA HABLAR **O**BTÉN AYUDA LLAMA AL 9-1-1



El **80%** de los accidentes cerebrovasculares pueden prevenirse.



Casi **1 DE 6** estadounidenses no saben que tienen presión arterial alta

Limite el consumo diario de sodio a menos de **1500 MG** si tiene presión arterial alta

La presión arterial normal es un valor **POR DEBAJO DE 120/80**



## CONSEJOS PARA PREVENIR EL ACCIDENTE CEREBROVASCULAR:



- Mantenga un peso saludable
- Controle su presión arterial y colesterol con regularidad
- El tabaquismo aumenta el riesgo de accidente cerebrovascular
- La actividad física semanal ayuda a reducir la presión arterial y el colesterol
- Evite el consumo excesivo de alcohol, ya que aumenta la presión arterial



KANSAS INITIATIVE FOR STROKE SURVIVAL INC  
A Project By & For Kansans



## CUANTO ANTES RECIBA TRATAMIENTO, MENOR SERÁ EL DAÑO CEREBRAL

- Llame al 9-1-1 para un tratamiento rápido o lleve al paciente que tiene el accidente cerebrovascular al hospital lo más pronto posible
- Se deben administrar los medicamentos anticoagulantes y se deben realizar los procedimientos de extracción de coágulos men las horas siguientes a la aparición de los síntomas para reducir las probabilidades de discapacidad tras un accidente cerebrovascular

[www.kdhe.ks.gov](http://www.kdhe.ks.gov)  
[www.kissnetwork.us](http://www.kissnetwork.us)