

CIENCIA Y SALUD SAN JUAN

LA IMPORTANCIA DEL ATAQUE CEREBROVASCULAR O ACV

Dentro de las enfermedades neurológicas debemos resaltar el Ataque Cerebrovascular o ACV, también conocido como “derrame”, “trombosis”, “isquemia”.

Es la primera causa de discapacidad en adultos en el mundo, se posiciona como la segunda causa de muerte a nivel mundial y la 4ª en Colombia. Actualmente se estima que 1 de cada 4 personas en el mundo sufrirá un ACV. Dado los estilos de vida actuales teniendo en cuenta la alimentación, consumo de bebidas alcohólicas, cigarrillo, sedentarismo; se estima que el ACV será un grave problema de salud pública en todo el mundo alrededor del año 2030.

Esta enfermedad tiene 2 formas típicas de afectar a una persona, la mas común es el ACV de tipo isquémico Fig 1. (85% de los casos) que ocurre cuando se obstruye la circulación de una arteria que aporta sangre al cerebro, su segunda forma es el ACV de tipo hemorrágico Fig 2. (15% de los casos) que ocurre cuando hay ruptura de los vasos sanguíneos en el cerebro (arterias o venas) por una causa diferente al trauma craneal.

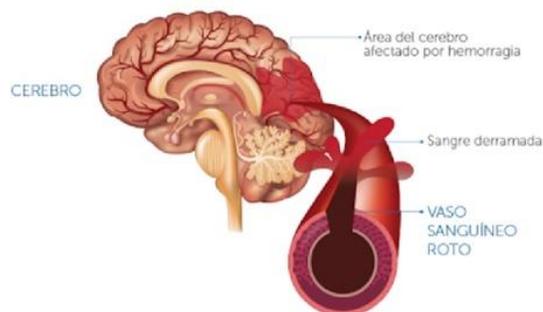


Figura 2. ACV de tipo hemorrágico
http://www.wikicardio.org.ar/wiki/Ataque_cerebral_-_ACV

Existe una forma de sospechar desde los hogares o en la calle, que una persona esté sufriendo un ACV y es de vital importancia que toda la comunidad sea educada en aprender esta metodología. Como estrategia para el país, desde el comité vascular de la Asociación Colombiana de Neurología (ACN), el Dr. Luis Fernando Roa diseñó la idea con la palabra CORRE que en primera intención genera el mensaje de alerta para asistir inmediatamente a un servicio de urgencias de un centro asistencial para iniciar el proceso de atención. Esta palabra está formada como un acrónimo que tiene las siguientes características:

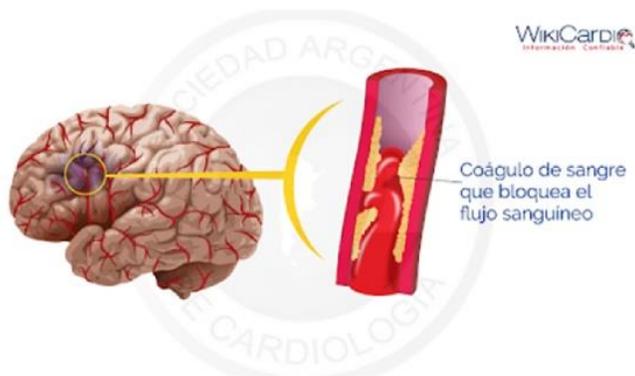


Figura 1. ACV de tipo isquémico
http://www.wikicardio.org.ar/wiki/Ataque_cerebral_-_ACV

-  **C**ara torcida
-  **O**jo, alteración de la visión
-  **R**ápida debilidad de un brazo o pierna
-  **R**aro al hablar
-  **E**mergencias llamar al **123**

Es muy importante conocer la hora exacta de inicio de los síntomas, y sobre todo asistir lo más rápido al servicio de Urgencias para que un Neurólogo atienda el caso, dado que solo se cuenta con 4 horas y 30 minutos para poder hacer intervención y tratar de recuperar el daño cerebral o disminuir las secuelas del ACV. Cada minuto que pasa desde que inicia el ACV mueren aproximadamente 2 millones de neuronas, por lo cual es importante reconocer los síntomas y consultar a tiempo, el tiempo es cerebro.

Actualmente a pesar de la vivencia de la Pandemia, las instituciones cuentan con medidas de protección, rutas de aislamiento, y ubicaciones seguras para poder atender a los pacientes que sufren un ACV y deben consultar a urgencias, es importante que no se deje de consultar si hay sospecha de un ACV, las consecuencias y secuelas de no consultar a tiempo pueden ser la diferencia entre la muerte, la discapacidad o la recuperación.

Existen factores de riesgo para sufrir un ACV que, aunque algunos no se pueden erradicar, si se deben controlar y son tratables, dentro de ellos están: Hipertensión arterial (el principal), niveles altos de colesterol o triglicéridos, Diabetes, consumo excesivo de alcohol, consumo de tabaco, edad mayor de 50 años, obesidad, dieta alta en grasas y carbohidratos (harinas), sedentarismo.

Es por esto que podemos reducir los riesgos de sufrir un ACV si tomamos algunas medidas en nuestras vidas como mejorar la alimentación, aumentando el consumo de frutas, verduras, disminuir las harinas, aumentar consumo de frutos secos (almendras, maní), aumentar el consumo de pescados, aceite de oliva, disminuir el consumo de carnes rojas adicionalmente se debe mantener la realización de ejercicio o actividad física. Se ha demostrado que el ejercicio 3 horas por semana, ayuda a reducir hasta un 40% el riesgo de sufrir un ACV.

Por eso queremos invitar a toda la población de la región a reconocer los síntomas, consultar rápido al servicio de urgencias, prevenir un ACV controlando los riesgos y hacer actividad física diaria, incluso desde la infancia, únete a nuestra campaña, sigue nuestras redes sociales en Facebook como @HospitalArmenia, en Twitter @HospSanJuan y en Instagram @sanjuandediosarmenia, publica este mensaje y las imágenes educativas, que seguro ayudará a miles de personas: Si detectas síntomas de un **#ACV #CORRE #EIACVNoSeQuedaEnCasa** porque **#CadaMinutoCuenta**.



Dr. Ángel Corredor
Coordinador Servicio de Neurología
Hospital Departamental Universitario del Quindío
San Juan de Dios.