

Conviértase en un campeón inteligente

en accidentes cerebrovasculares



---

**Como parte del compromiso continuo de Mary Washington Healthcare para mejorar la salud de la comunidad a la cual servimos, le brindamos información importante sobre el reconocimiento y la prevención de accidentes cerebrovasculares.**

---

**El accidente cerebrovascular es una emergencia médica.** Cuanto antes reciba tratamiento para un derrame cerebral, menos daño sufrirá su cerebro. Por cada minuto que no se trata un derrame cerebral, mueren 1,9 millones de células cerebrales.

**Llame al 911 inmediatamente** si sospecha que usted, un familiar, un amigo o incluso un extraño está sufriendo un derrame cerebral.

**Por favor NO espere.** Llamar al 911 le permite a los técnicos de emergencias médicas iniciar los protocolos de atención de accidentes cerebrovasculares, y alertar al hospital para que se prepare para la llegada del paciente, ahorrando así un tiempo precioso.

**Si tiene alguna pregunta sobre sus factores de riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular, hable hoy mismo con su proveedor médico.**

---

## ¿Sabía qué?

- Cada 40 segundos, alguien en los Estados Unidos sufre un derrame cerebral.
- Cada 3 minutos y 14 segundos, alguien muere de un derrame cerebral.
- El accidente cerebrovascular es la causa número uno de discapacidad a largo plazo.
- El 90% de las veces, es un transeúnte el que llama al 911, no la persona que sufre el derrame cerebral.
- Hasta el 80% de los accidentes cerebrovasculares se pueden prevenir. Puede reducir su riesgo de sufrir un derrame cerebral estableciendo un estilo de vida saludable y controlando los factores de riesgo de un derrame cerebral.

**Detecte un derrame cerebral, deténgalo,  
salve una vida**

## Factores de riesgo de un accidente cerebrovascular

- Presión arterial alta
- Fumar
- Diabetes
- Dieta
- Apnea obstructiva del sueño
- Inactividad física
- Colesterol alto en sangre
- Obesidad
- Enfermedad de la arteria carótida
- Enfermedad arterial periférica
- Fibrilación auricular

- Otras enfermedades del corazón
- Enfermedad de células falciformes (anemia de células falciformes)
- Alcoholismo

**Usted no puede controlar algunos factores de riesgo de un accidente cerebrovascular, tales como:**

- Edad
- Historia familiar
- Raza
- Género
- Accidente cerebrovascular, AIT o ataque cardíaco previos

## PRESION ARTERIAL ALTA

La presión arterial alta es el factor de riesgo tratable más importante de accidente cerebrovascular. Prevenirlo, diagnosticarlo y controlarlo mediante cambios en el estilo de vida y medicamentos es fundamental para reducir los accidentes cerebrovasculares.

Si tiene alguna pregunta sobre la prevención de accidentes cerebrovasculares, los grupos de apoyo para accidentes cerebrovasculares de MWHC o los recursos para accidentes cerebrovasculares en nuestra comunidad, comuníquese con:

Susan Halpin, MSN, RN, SCRNCordinadora de accidentes cerebrovasculares  
MWH Primary Stroke Center  
Susan.Halpin@mwhc.com  
540.741.4815

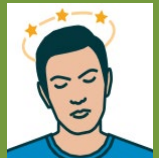
[Stroke.mwhc.com](http://Stroke.mwhc.com)



American Heart Association  
American Stroke Association  
**CERTIFIED**  
Meets standards for  
Primary Stroke Center

## Concientización sobre el accidente cerebrovascular ACTUE RÁPIDO/BE FAST

**B**



**BALANCE**

Pérdida del equilibrio, dolor de cabeza o vértigo.

**E**



**EYES**

Pérdida de visión de un ojo o visión doble.

**F**



**FACE**

Un lado de la cara está caído.

**A**



**ARMS**

El brazo o la pierna se mueven hacia abajo

**S**



**SPEECH**

Dificultad en el habla (anormal, arrastra las palabras, confuso o no puede hablar)

**T**



**TIME**

Es hora de llamar al 911



**Mary Washington Healthcare**

Advanced Stroke Care

**Stroke Smart**

**FXBG**  
VIRGINIA

# Mary Washington Healthcare

Atención avanzada en accidentes cerebrovasculares



**R** Rostro caído

**Á** Alteración del equilibrio

**P** Pérdida de fuerza en el brazo o una pierna

**I** Impedimento visual repentino

**D** Dificultad para hablar

**O** Obtén ayuda. Llama al 911