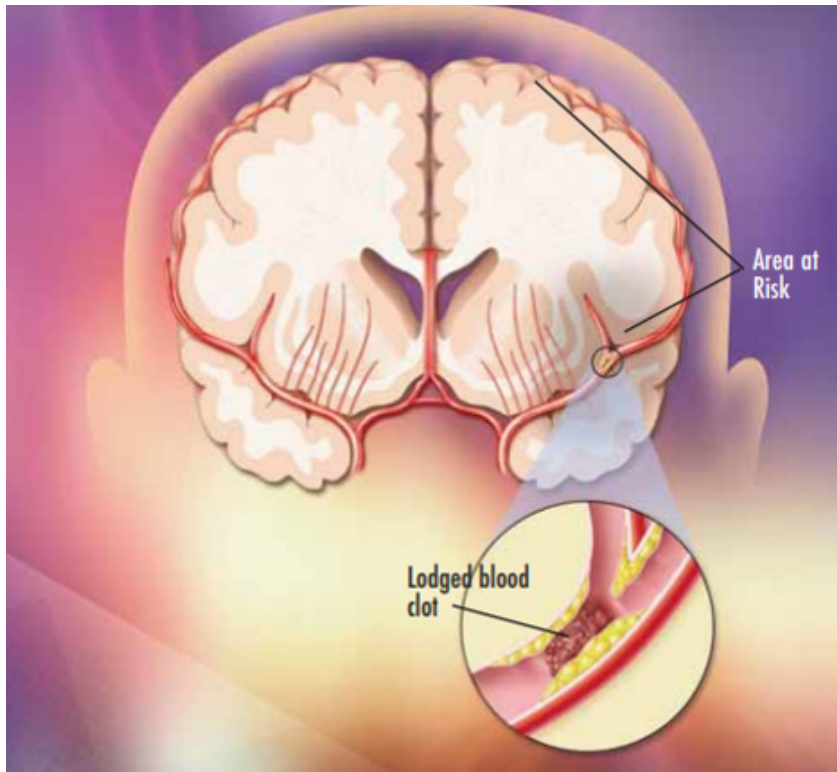




Educación para pacientes con accidentes cerebrovasculares



Saint Francis Hospital
Trinity Health



¿Qué es un accidente cerebrovascular?

Una emergencia médica.

Un accidente cerebrovascular es una interrupción del flujo sanguíneo normal a partes del cerebro que provoca la muerte de células cerebrales.

Hay dos tipos de accidentes cerebrovasculares:

- Isquémico
- Hemorrágico

Accidente cerebrovascular isquémico

- El accidente cerebrovascular isquémico representa el 87 % de todos los accidentes cerebrovasculares
- Se produce cuando los vasos sanguíneos que conducen al cerebro se bloquean, lo que impide que el oxígeno llegue a partes del cerebro.

Hay dos tipos de accidente cerebrovascular isquémico:

Accidente cerebrovascular embólico

- Se forma un coágulo de sangre o un fragmento de placa, generalmente en el corazón o en las arterias grandes que conducen al cerebro y se desplaza por las arterias hasta el cerebro.
- Una vez en el cerebro, el coágulo bloquea el flujo sanguíneo a través de una arteria en una parte específica del cerebro.

Accidente cerebrovascular trombótico

- Coágulo sanguíneo que no se desplaza, sino que se forma en el interior de una arteria que suministra sangre al cerebro. El coágulo puede impedir el flujo sanguíneo al cerebro y provocar un accidente cerebrovascular.

Accidente isquémico transitorio (AIT)

Si una arteria que conduce al cerebro, o dentro de él, se obstruye durante un período corto, el flujo sanguíneo a esa zona del cerebro se ralentiza o se detiene. Esta falta de sangre (y oxígeno) puede provocar un accidente isquémico transitorio (AIT) o un miniaccidente cerebrovascular.

- Los síntomas aparecen rápidamente.
- Duran muy poco tiempo y luego desaparecen.
- No causa daños cerebrales permanentes.
- Los AIT son señales de alerta temprana de accidente cerebrovascular y no deben ignorarse.
- **Llame al 911 aunque los síntomas desaparezcan.**

Accidente cerebrovascular hemorrágico

Este tipo de accidente cerebrovascular se produce cuando un vaso sanguíneo se rompe y derrama sangre en el cerebro. La hipertensión arterial y los aneurismas cerebrales son las principales causas de este tipo de accidente cerebrovascular. Los síntomas suelen aparecer de repente y requieren atención médica inmediata.

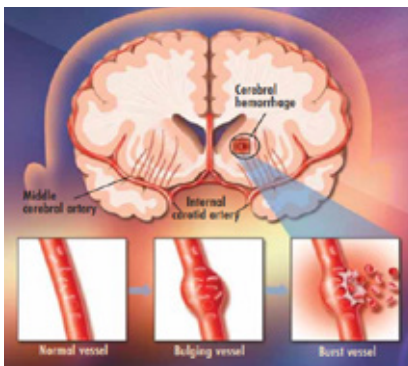
Hay dos tipos de accidente cerebrovascular hemorrágico:

Hemorragia intracerebral

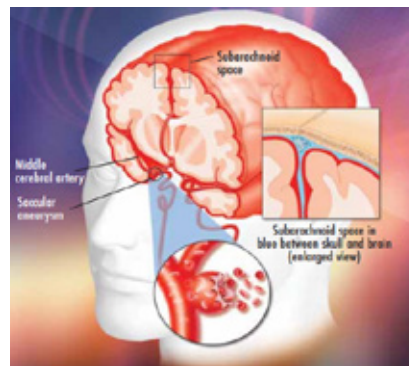
- Se produce cuando un vaso sanguíneo tiene una fuga o se rompe en el cerebro.
- La hipertensión arterial es la causa más frecuente de este tipo de accidente cerebrovascular.
- La hemorragia provoca la muerte de células cerebrales y esa parte del cerebro deja de funcionar correctamente.

Hemorragia subaracnoidea

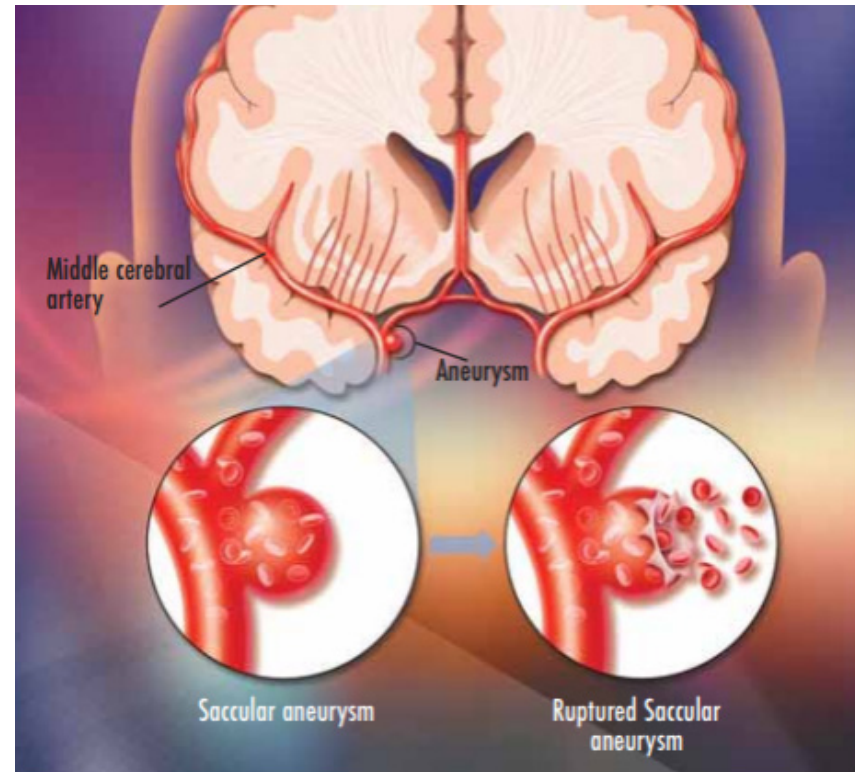
- Una arteria situada en la superficie externa del cerebro se rompe, lo que permite que la sangre se filtre en el espacio lleno de líquido entre el cerebro y el cráneo.
- La hemorragia puede aumentar la presión en el cerebro y provocar lesiones en las células cerebrales.
- Una causa frecuente es la rotura de un aneurisma cerebral.
- Un síntoma frecuente es un fuerte dolor de cabeza que aparece de repente.



Hemorragia intracerebral



Hemorragia subaracnoidea



Aneurisma

Zona débil de la pared de un vaso sanguíneo que se hincha y se llena de sangre.

Algunos aneurismas tienen fugas o se rompen, lo que permite que la sangre se filtre directamente en el cerebro (intracerebral) o en el espacio entre el cerebro y el cráneo (subaracnoideo).

Funciones de los cerebros derecho e izquierdo

IZQUIERDO

- Controla el lado derecho del cuerpo
- Resolución de problemas, conocimientos, hechos
- Números y letras
- Comprensión de palabras

Efectos del accidente cerebrovascular izquierdo

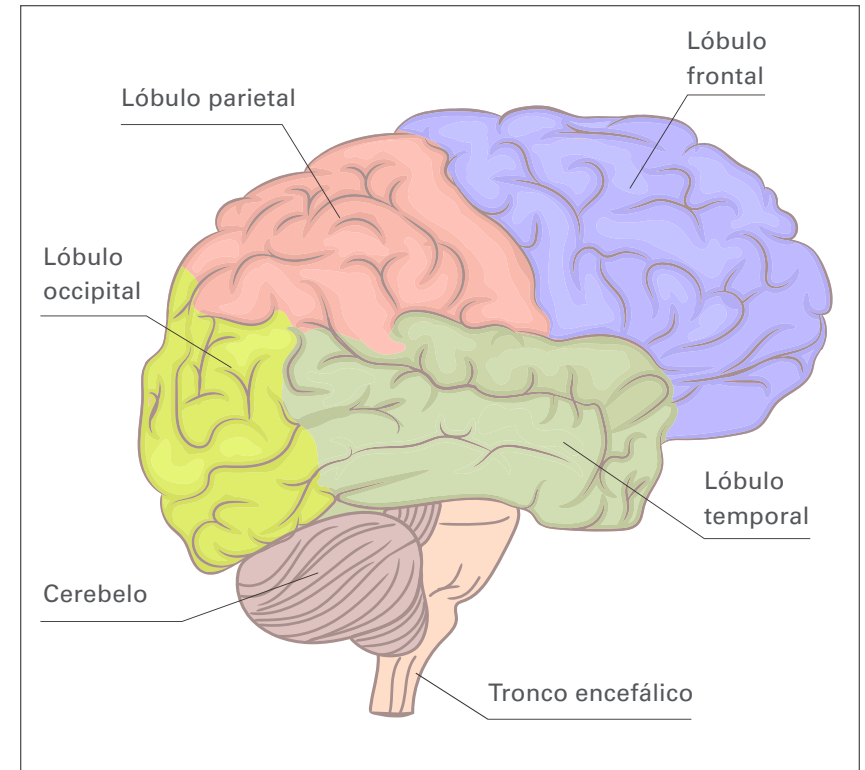
- Debilidad en el lado derecho del cuerpo
- Sensación
- Problemas para ver objetos a la derecha
- Problemas de comunicación
- Comportamiento cauteloso y lento
- Pérdida de memoria
- Cambios en el comportamiento

DERECHO

- Controla el lado izquierdo del cuerpo
- Creatividad, imaginación, intuición
- Formas y símbolos
- Reconocimiento de las emociones

Efectos del accidente cerebrovascular derecho

- Debilidad en el lado izquierdo del cuerpo
- Problemas para ver objetos a la izquierda
- Problemas con la percepción de la profundidad
- Dificultad para concentrarse
- Comportamiento impulsivo y falta de criterio



Secciones del cerebro

- | | |
|---|---|
| Lóbulo parietal
Sensación | Lóbulo occipital
Vista |
| Lóbulo frontal
Comportamiento y lenguaje expresivo | Cerebelo
Equilibrio y coordinación |
| Lóbulo temporal
Capacidad para comprender el lenguaje | Tronco encefálico
Respiración, actividad cardíaca y estado de alerta. |

Tratamiento del accidente cerebrovascular isquémico

Durante el inicio de un accidente cerebrovascular isquémico, el objetivo del tratamiento es restablecer el flujo sanguíneo a la zona afectada del cerebro lo antes posible.

Algunos de los tratamientos tempranos del accidente cerebrovascular isquémico son la terapia trombolítica y la trombectomía mecánica.

La terapia trombolítica consiste en administrar un medicamento llamado alteplasa (también conocido como t-PA, activador tisular del plasminógeno), o un medicamento similar llamado tenecteplasa. Actúa rompiendo el coágulo que bloquea el flujo sanguíneo al cerebro.

La trombectomía mecánica es un procedimiento en el que un especialista coloca un catéter en la arteria obstruida y extrae el coágulo. Para ello se utiliza un dispositivo especial o succión para reabrir la arteria obstruida.

Terapia trombolítica

- Medicamento intravenoso que se inyecta en una vena.
- Estos medicamentos disuelven los coágulos que bloquean el flujo sanguíneo en las arterias del cerebro.
- No todos los pacientes son elegibles para t-PA.

Trombectomía mecánica

- Consiste en introducir un catéter en la arteria con un dispositivo que puede extraer el coágulo.
- Este procedimiento puede ser beneficioso si se realiza lo antes posible tras el inicio de los síntomas en determinadas situaciones.
- Puede realizarse junto con la terapia trombolítica.
- La trombectomía mecánica para el accidente cerebrovascular es un tratamiento altamente especializado.



Factores de riesgo

Factores de riesgo incontrolables

- Edad
- Sexo
- Raza/Etnia
- Cambios hormonales
- Antecedentes de aneurisma cerebral
- Antecedentes de accidente cerebrovascular/AIT
- Antecedentes familiares de accidente cerebrovascular
- Anemia falciforme

Factores de riesgo controlables

- Hipertensión arterial
- Colesterol
- Diabetes
- Dieta poco saludable
- Fumar
- No tomar los medicamentos según las indicaciones
- Cardiopatía
- Obesidad
- Inactividad física
- Abuso de sustancias/alcohol

Rehabilitación tras un accidente cerebrovascular

La rehabilitación es una de las fases más importantes de la recuperación, y los primeros esfuerzos suelen dar resultados positivos. Es habitual que la rehabilitación comience en el hospital tan pronto como 24-48 horas después de un accidente cerebrovascular.

Tras el alta, muchos pacientes continúan la rehabilitación en régimen hospitalario o ambulatorio.

Los especialistas en rehabilitación individualizan un plan de tratamiento para satisfacer las necesidades de cada paciente.

Puede consistir en lo siguiente:

- Fisioterapeuta
- Terapeuta ocupacional
- Patólogos del habla/lenguaje
- Terapeuta recreativo(a)

La rehabilitación puede ser una tarea lenta y frustrante. Sin embargo, es muy valiosa, por lo que es esencial tener una actitud positiva.

Emociones comunes tras un accidente cerebrovascular

Un accidente cerebrovascular puede hacer que una persona se vuelva olvidadiza, descuidada, molesta o confusa. Los sobrevivientes de un accidente cerebrovascular también pueden sentir ansiedad, ira o depresión. Su comportamiento depende de la parte del cerebro afectada y de la gravedad de la lesión.

Los sentimientos de miedo, tristeza e ira son respuestas naturales a un acontecimiento que cambia la vida.

Uno de los trastornos emocionales más comunes que experimentan los sobrevivientes de un accidente cerebrovascular es la depresión clínica, una sensación de abatimiento que interfiere en la capacidad de funcionamiento de la persona. Afecta a entre un tercio y dos tercios de los sobrevivientes.

Los síntomas pueden ser leves o graves, y a menudo comienzan en las primeras fases de recuperación del accidente cerebrovascular.

SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN

- Sensación de desánimo, depresión o tristeza la mayor parte del día.
- Sentimientos de culpa, inutilidad, impotencia (sentirse como una carga).
- Cambios en los hábitos de sueño, como dormir mal o dormir más de lo habitual.
- Pérdida de interés por las actividades habituales, como los pasatiempos favoritos, el tiempo con la familia o las salidas con los amigos.
- Aumento del consumo de alcohol, drogas o tabaco.
- Disminución o aumento del apetito, independientemente del hambre.
- Fuertes sentimientos de tristeza, desesperación o abatimiento.
- Pensamientos suicidas
- Falta de concentración o motivación



Superación de la depresión

Es importante saber que la depresión puede tratarse.

Opciones de tratamiento

- Terapia de conversación
- Medicamentos
- Grupo de apoyo

Si tiene síntomas de depresión, pida ayuda a su proveedor de atención primaria.

Problemas de memoria tras un accidente cerebrovascular

Los sobrevivientes de un accidente cerebrovascular pueden tener problemas de memoria. Planificar, organizar ideas o tomar decisiones también puede ser difícil después de un accidente cerebrovascular. Muchos sobrevivientes de accidentes cerebrovasculares se enfrentan a problemas de memoria. Pero no todos los problemas de memoria son iguales.

Un sobreviviente de un accidente cerebrovascular puede experimentar lo siguiente

- Incapacidad para recordar palabras, nombres e historias.
- Dificultad para aprender información nueva.
- Necesidad de que la gente repita lo que dice.
- Episodios de confusión de hechos. Pueden recordar un acontecimiento pero olvidar los detalles concretos o confundirlos.
- Olvido de tomar sus medicamentos o de comer una comida.
- Tener problemas para transferir el aprendizaje de un entorno a otro.
 - Por ejemplo, en el hospital el/la sobreviviente de un accidente cerebrovascular podría ser capaz de pasar con seguridad de una silla de ruedas a otra. Pero en casa, el cambio de entorno puede hacer que la persona sea incapaz de realizar la misma tarea.

Estrategias de afrontamiento

- Tener a mano blocs de notas para escribir mensajes, listas, etc.
- Exhibir la información clave en un panel de anuncios.
- Utilizar un único lugar para las llaves, la cartera, las gafas, etc.
- Etiquetar las habitaciones, los alimentos por fecha de vencimiento, los pastilleros, etc.
- Hacer álbumes de fotos de personas y lugares significativos.

Hábitos saludables

- Mantenerse en contacto con otras personas.
- Mantener la mente activa: leer, jugar juegos, armar rompecabezas, etc.
- Mantenerse físicamente activo(a).
- Dormir lo suficiente; por lo general, entre 7 y 8 horas cada noche.
- Someterse a chequeos médicos periódicos.

Consejos útiles

Actúe con paciencia

- Demuestre. Muestre cómo se realiza la tarea.
- Divida todas las acciones en pasos más pequeños.
- Aclare el paso siguiente.
- Repetición. Aborde la vigésima vez como si fuera la primera.

Comuniqué con paciencia







- Establezca contacto visual.
- Haga todo más LENTO.
- E-NUN-CIE.
- Reduzca al mínimo las distracciones, como el volumen alto de la radio o la televisión.
- Use lenguaje sencillo utilizando palabras y frases cortas y sin complicaciones.
- NO termine las frases, a menos que se lo pidan.
- A la hora de preguntar, es mejor utilizar opciones múltiples que sí/no.
- Dé tiempo para responder.

Otros consejos

- Ayude a la persona a participar en actividades dentro o fuera del hogar.
- Utilice grupos de apoyo según sea necesario.
- "¡Nunca se rinda!"
- Celebre los pequeños pasos de progreso.
- Es importante ser paciente con todos los intentos (con o sin éxito).

No se enfrente a esto solo(a), puede localizar grupos de apoyo poniéndose en contacto con el Ayuntamiento local, Centros para personas mayores, Centros comunitarios, la Asociación Estadounidense de Accidentes Cerebrovasculares o su neurólogo.

Detecte un accidente cerebrovascular: ACTÚE RÁPIDO

B		Balance Loss	Is the person suffering from a sudden loss of balance or coordination?
E		Eyesight Loss	Do they have sudden double vision, or loss of vision in one or both eyes?
F		Facial Drooping	Is one side of their face drooping?
A		Arm Weakness	Can they keep their arms up, or does one arm drift down?
S		Speech Difficulty	Do they suddenly have difficulty speaking or is their speech slurred or strange?
T		Time to Call 911	If they have any one of these signs, it's time to call 9-1-1 immediately.

Si nota alguna o todas estas señales repentinas, **ACTÚE RÁPIDO** - llame al 911.

Otros signos y síntomas de accidente cerebrovascular

Confusión: Incapacidad para comprender lo que ocurre, no puede pensar con claridad. Dificultad para tomar decisiones y/o concentrarse.

Dificultad para comprender: Incapacidad para comprender el habla o el lenguaje.

Mareos: Sensación de desmayo, mareo, sensación de que la habitación da vueltas, como si estuvieran borrachos, o mareo por movimiento. Puede observar movimientos inestables.

Pérdida de equilibrio: Inestabilidad con menos coordinación. Sujeción de objetos fijos.

Entumecimiento: Sensación de hormigueo, por ejemplo, en la cara, los brazos, las piernas. Similar a alfileres/aguja.

Dolor de cabeza intenso: Dolor o molestias en la cabeza, el cuero cabelludo o el cuello sin causa conocida. Sensibilidad a la luz.

Problemas para hablar: Incapacidad para hablar, habla arrastrada y/o frases que no se entienden.

Problemas para caminar: Tropezos o incapacidad para caminar recto, tropezos con nada.

Cambios en la visión: Nuevo cambio en la visión, es decir, visión borrosa, doble o pérdida de visión en uno o ambos ojos. Problemas con el alcance visual.

Debilidad: Falta de fuerza en brazo y/o pierna, especialmente en un lado del cuerpo. Caída facial y/o entumecimiento de un lado. Dificultad para realizar tareas sencillas.



Qué hacer si tiene síntomas

- No todos los signos de alerta se dan en todos los accidentes cerebrovasculares. No ignore las señales de accidente cerebrovascular, aunque desaparezcan.
- Preste atención a la hora. ¿Cuándo empezó la primera señal de alarma o síntoma? Información importante para el personal médico.
- Si tiene uno o más síntomas - **¡No demore!**
- **Llame de inmediato al 911** – No conduzca usted hasta el hospital.
- Es de esperar que la persona que tiene los síntomas se resista a ir al hospital. No acepte un "no" como respuesta. **Tiempo perdido es cerebro perdido.**
- Cuando se comunique con el operador del 911 asegúrese de decir **"Creo que estoy teniendo un ACCIDENTE CEREBROVASCULAR"**.

Apoyo y recursos

Sitios web útiles

- supportnetwork.heart.org
- stroke.org
- heart.org
- thestrokefoundation.org

Recursos adicionales

- Su profesional de atención primaria
- Su neurólogo
- Grupo de apoyo de su área

Centros de Trinity Health Of New England

Johnson Memorial Hospital

210 Chestnut Hill Road
Stafford Springs, CT 06076

860-684-4251

Mercy Medical Center

271 Carew Street
Springfield, MA 01104

413-748-9000

Mercy Rehabilitation Hospital

233 Carew Street
Springfield, MA 01104

413-748-7001

Mount Sinai Rehabilitation Hospital

490 Blue Hills Avenue
Hartford, CT 06112

860-714-3500

Saint Francis Hospital

114 Woodland Street
Hartford, CT 06105

860-714-4000

Saint Mary's Hospital

56 Franklin Street
Waterbury, CT 06706

203-709-6000

Clínica de accidentes cerebrovasculares y neurología

1000 Asylum Street, Suite 2112
Hartford, CT 06051

860-714-7509

www.trinityhealthofne.org/stroke

FUENTES:

Páginas de AHA/ASA

Conozca los datos sobre el accidente cerebrovascular - CDC

Cosas que debe saber, su riesgo de accidente cerebrovascular y cómo estar preparado - ASA, una división de la AHA

Departamento de Salud y Servicios Humanos

Institutos Nacionales de Salud

Folleto "La vida después del accidente cerebrovascular" - AHA

Comprender el accidente cerebrovascular - Penumbra, Inc 2018



Saint Francis Hospital
Trinity Health

Centro de Accidentes Cerebrovasculares

114 Woodland Street, Hartford, CT 06105
TrinityHealthOfNE.org