

¿Qué es una enfermedad cerebrovascular?

Los accidentes cerebrovasculares, o "ataques al cerebro," ocurren cuando la circulación de la sangre al cerebro falla. Las células del cerebro pueden morir por la disminución en el flujo sanguíneo y la consiguiente falta de oxígeno. Se le conoce también como, trombosis, derrame cerebral, o Accidente Cerebro Vascular, ACV.

¿Cuáles son las señales de alarma de un accidente cerebrovascular?

Si usted observa uno o más de los siguientes síntomas de un accidente cerebrovascular, no espere, ¡asista a urgencia inmediatamente! Entumecimiento, hormigueo, debilidad o parálisis repentina de la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un solo lado del cuerpo. Confusión repentina, dificultad al hablar o del entendimiento del habla.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

**BLA ?
BLA ?
BLA ?**

CONFUSIÓN O DIFICULTAD PARA HABLAR O ENTENDER.

DEBILIDAD O ADORMECIMIENTO DE LA CARA, PIERNAS O BRAZOS.

DOLOR DE CABEZA INTENSO.

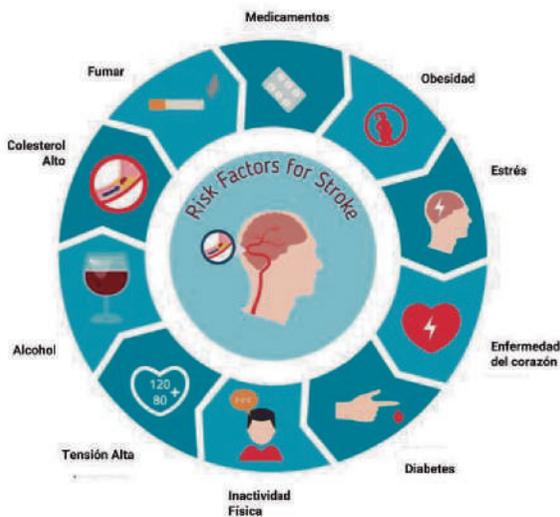
PROBLEMAS PARA VER CON UNO O AMBOS OJOS.

MAREOS, PÉRDIDA DEL EQUILIBRIO O DE COORDINACIÓN DE MOVIMIENTOS DE LOS BRAZOS.

DOBLE VISIÓN, SOMNOLENCIA ACOMPAÑADA CON NAUSEAS Y VÓMITOS.

A veces las señales de aviso duran sólo unos minutos y luego desaparecen. Estos episodios breves, conocidos como ataques isquémicos transitorios, debe acudir inmediatamente al servicio de urgencias

¿Cuáles son los factores de riesgo de un accidente cerebrovascular?



Recomendaciones generales

- No fumar. Si usted fuma, deje de hacerlo. (La nicotina también aumenta la presión sanguínea)
- Controlar su colesterol, hipertensión y diabetes a través de la alimentación, el ejercicio y los medicamentos, por orden médica.
- No se automedique.
- La buena nutrición es importante para la salud de su corazón y ayudará a controlar algunos de sus factores de riesgo.



Estas recomendaciones nos permite prevenir otro accidente cerebrovascular y limitar cualquier complicación relacionada.

Corresponsabilidad Familiar o Cuidador Vs Paciente

La recuperación de un accidente cerebrovascular varía en cada persona, por lo tanto, esta es difícil de predecir. Se requiere el apoyo familiar para que su recuperación sea lo más pronto posible.



Cuidados de La Piel

- Secar bien y evitar la humedad de la piel, sobre todo en los pliegues (axilas, ingles).
- Proteger y cuidar la piel con cremas hidratantes extremando el cuidado de las zonas con prominencias óseas.
- Es preferible, si puede, que realice solo su aseo personal aunque sea con dificultad y hacer trabajar la parte del cuerpo afectada.
- En caso que el paciente tenga secuelas motoras como impedimento para la movilización se realizará higiene en cama con el fin de continuar la limpieza diaria a pesar de la limitación.
- Se deben realizar el cambio de posición cada dos horas y según su riesgo. Para ello se dispondrá de un sillón cómodo al lado de la cama para sentarse.
- Si la movilidad está muy reducida, evitar que la piel se lesione disponiendo de almohadas suaves en el sillón o la cama. Nunca bolsas de agua o flotadores

Alimentación

- Se procurará que sea una alimentación sana, con bajo contenido en grasas y un adecuado aporte de verduras y frutas.
- Cuando esta enfermedad se asocie a otras enfermedades como diabetes, hipertensión, la dieta se modificará según las patologías asociadas.
- Los pacientes con poca movilidad, que están muchas horas sentados, sufren con frecuencia estreñimiento. Es aconsejable una dieta rica en frutas, verduras, fibras y agua para evitar el estreñimiento.
- Es muy importante que la dieta tenga en cuenta los gustos del paciente, de lo contrario se abandonará fácilmente.



- Cuando la dificultad para deglutir es importante, es necesario el uso de sondas nasogástricas temporales o las gastrostomías de forma temporal o

permanente. En el cual se entrenará en el momento que se instale el dispositivo a cuidadores primarias y así evitar complicaciones.

- Se sugiere seguimiento por nutrición.

Estreñimiento

- La distensión (hinchazón) abdominal, gases, náuseas y espasmos abdominales pueden ser signos que indican la necesidad de defecar.
- No automedicarse. Intentar evitar la dependencia de laxantes y enemas.
- Ingesta de líquidos: mínimo 2 litros al día. Pacientes renales tienen restricción hídrica.
- Mantener la máxima actividad física posible, terapias físicas realizadas por personal de la salud y familia.
- Es importante la relajación.

Recomendaciones para su comunicación:

- Hablar a la persona de forma clara y sencilla, sin gritos. Situarse frente a él.
- Cuando la comprensión es normal y hay alteración del habla, es recomendable el uso de fichas con dibujos para facilitar la comunicación o utilizar lápiz y papel o pizarra.
- Estimular a la persona con sus progresos. No interrumpirle cuando está hablando y darle tiempo.
- Evitar que la persona se sienta aislada. Hacerle participe de todo lo que pasa en su entorno y que colabore en lo que pueda.
- Más adelante será necesario la ayuda de un terapeuta de lenguaje.



Entorno Social

- Implicar a la persona, en la medida de lo posible, en su recuperación.
- Procurarle distracción.
- Fomentar la relación social: radio mejor que TV, periódicos, música, tenerle al corriente de las cosas familiares etc.
- Fomentar la readaptación profesional, si es posible.
- No tratarlo nunca como un niño.
- A veces hay que aconsejar nuevas aficiones y actividades.
- Animarle.
- Ser optimistas.
- Es muy importante llevar siempre un informe médico.

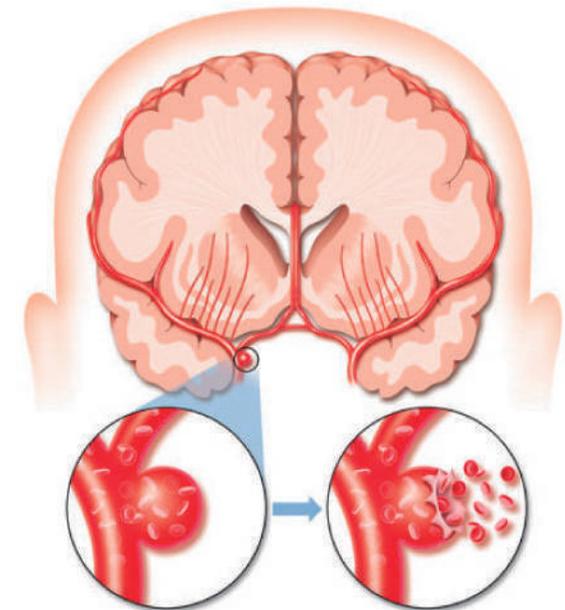
Recuerde

La familia es parte fundamental del cuidado del paciente ya que forma parte de su recuperación. El conocimiento, la experiencia del personal de salud y su dedicación favorecerán a la adaptación a esta situación y así mejorar la calidad de vida de su paciente.

Cuidados en pacientes con secuelas de enfermedad Cerebrovascular



CLÍNICA
GENERAL
DEL NORTE
Un compromiso con la vida



Supersalud 

Programa de Educación al Paciente
Carrera 48 No. 70 - 38 Clínica General
del Norte -Tercer piso
309 19 99 Ext. 11059
www.clinicageneraldelnorte.com
Barranquilla - Colombia