

4 pasos para ayudar a alguien que sufre un ACV

En el mundo occidental, las enfermedades cardiovasculares -y, entre ellas, el accidente cerebrovascular (ACV)- constituyen la primera causa de discapacidad y la segunda de muerte. Sin embargo, **no todos saben detectar un ACV ni cómo deberían actuar en esa situación**. Por eso, te contamos cuáles son los cuatro pasos a seguir para ayudar a alguien que sufre uno y, así, minimizar sus secuelas. Conoce los cuatro pasos para reducir riesgos:

Aprende a reconocerlo a través de sus síntomas

El accidente cerebrovascular se produce por la pérdida de flujo sanguíneo cerebral o por el sangrado en el cerebro. Una persona puede estar sufriendo un ataque cerebral si presenta los siguientes síntomas:

- Adormecimiento de una parte del cuerpo (la mitad de la cara, un brazo o una pierna).
- Dolor de cabeza intenso y no habitual.
- Vértigos.
- Mareos.
- Dificultades para hablar y comprender.
- Pérdida total o parcial de la visión.
- Dificultad para caminar.
- Pérdida del equilibrio.
- Dificultad para coordinar movimientos.

Asegurate de que se trata un ACV

Si estás junto a una persona que presenta los síntomas ya mencionados, puedes asegurarte de que está sufriendo un ataque cerebral pidiéndole que sonría, que levante ambos brazos y que repita una frase simple. Observar si tiene dificultades para cumplir alguna de esas consignas. Si las tiene, es altamente probable que se trate de un accidente cerebrovascular. Pero, ante la menor duda, pasa al siguiente paso.

Una vez detectado, llamar a Urgencias.

Si bien muchas personas aceptan que el ACV es una emergencia y que buscarían atención médica de inmediato, sólo un 50% llama al servicio de urgencias cuando se manifiestan los síntomas. Este dato es clave, ya que recibir atención profesional inmediata aumenta las posibilidades de recuperación y disminuye la de secuelas. Cada minuto es crucial para prevenir los daños que puede ocasionar el ataque cerebral.

Evitá que la persona se quede dormida y no la mediques

Si ya llamaste a Urgencias y estás esperando que llegue la asistencia, no le suministres fármacos que puedan bajarle la presión. Y, si es diabética, controlale el nivel de glucosa en sangre.

Fuentes:

-Ministerio de Salud de la Nación.

-Fundación Favaloro.