

¿Qué es un Ataque

Cerebrovascular?



Un Ataque Cerebrovascular (ACV) es una emergencia médica que ocurre cuando se presentan problemas en el flujo de sangre hacia una parte del cerebro.

¿Qué problemas pueden causarlo?

Obstrucción o estrechamiento de un vaso sanguíneo.

Ruptura de un vaso sanguíneo.

¿Cómo reconocer un ataque cerebrovascular (ACV)?

Para su detección se utiliza la escala FAST, una herramienta rápida y sencilla que permite evaluar la presencia de síntomas de un ACV.



Prueba Fast para reconocer un ACV

F



FACE (cara)

Al sonreír, un lado de la cara o la boca está caído

A



ARMS (brazos)

Al levantar ambos brazos, uno desciende lentamente o presenta dificultad para mantenerse elevado.

S



Speech (habla)

Al pedir que repita una frase, se nota que habla de forma extraña, con dificultad o arrastrando la voz.

T



TIME (tiempo)

Si la persona presenta uno o varios de estos síntomas, acuda de INMEDIATO a emergencias.

¡Lo más importante es actuar rápido!

Tipos de Ataque Cerebrovascular

1. Ataque cerebrovascular isquémico

Ocurre cuando un vaso sanguíneo que lleva sangre al cerebro se bloquea por un coágulo o por placa de grasa. Esto impide el paso de la sangre y provoca la muerte de la zona afectada del cerebro.

2. Ataque Cerebrovascular hemorrágico

Se presenta cuando un vaso sanguíneo del cerebro se debilita y se rompe, generando sangrado dentro del cerebro y un aumento de la presión intracraneal.

Cuidados del Ataque Cerebrovascular en casa

Cuidados para personas con problemas de comunicación:

- ▶ Al hablar, hágalo despacio, de manera clara, mirando a los ojos y usando frases cortas.
- ▶ Para facilitar el entendimiento, utilice gestos, imágenes o tableros de letras palabras.
- ▶ En la medida de lo posible, elimine ruidos de fondo.
- ▶ Si la persona no puede hablar, formule preguntas que puedan responderse con «sí» o «no».

Recomendaciones

A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	U
V	W	X	Y	Z	0	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	sí	NO			

Palabras de acción



- ▶ Darle tiempo a la persona para responder y no agobiarla.
- ▶ Es importante el apoyo emocional, se debe tener paciencia y ser comprensivo si la persona se frustra.
- ▶ Se debe ayudar a mantener la calma y motivar a seguir intentando.
- ▶ La terapia del lenguaje es clave para recuperar funciones del lenguaje, especialmente en los primeros meses.

Consultar con el médico si:

- ▶ Nota problemas del lenguaje, infórmalo de inmediato.
- ▶ El médico puede recomendar **terapia de lenguaje**.

Cuidados generales para comer, tragar y cuidado bucal:

- ▶ Evite alimentos y bebidas calientes; permita que se enfríen antes de consumirlos.
- ▶ Asistir a sesiones de fonoaudiología puede mejorar la capacidad de tragar.
- ▶ Mantenga una buena higiene bucal para prevenir infecciones en la boca y los pulmones.

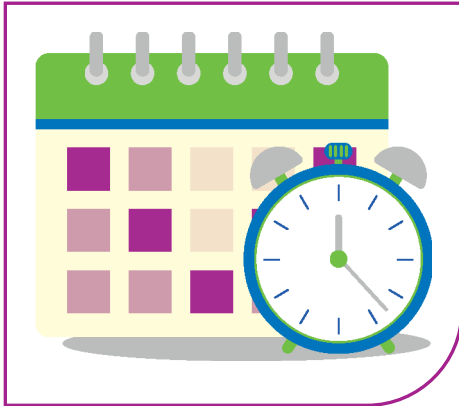
Cuidado de la visión

- ▶ Usa gotas oftálmicas tipo lágrima si hay sequedad. (según orden médica).
- ▶ Evita el uso de gotas con antibióticos, a menos que sean recetadas por un médico.
- ▶ Sé paciente y adapta los espacios para mejorar la seguridad y comodidad de la persona.
- ▶ Acompaña a la persona al caminar o moverse para prevenir tropiezos.
- ▶ Deja los elementos esenciales en el lado visible para la persona.
- ▶ Evita colocar objetos peligrosos en el lado afectado (filosos, velas, objetos delicados).



Cuidados para personas con problemas de pensamiento y conducta:

- ▶ Mantener rutinas diarias estables en las comidas, el cuidado personal (baño, cepillado de dientes) y descanso.



- ▶ Repetir con frecuencia la información importante, como la fecha y la hora. Colocar un reloj y un calendario en un lugar visible de la sala, y mostrárselos con regularidad.

- ▶ Tenga reglas claras frente a conductas inaceptables. Por ejemplo, puede decir:

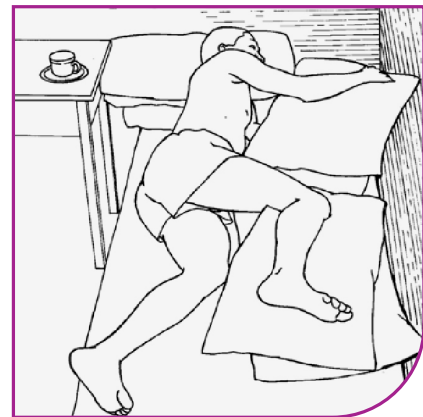
**“No grite -
No responderé
si grita”**



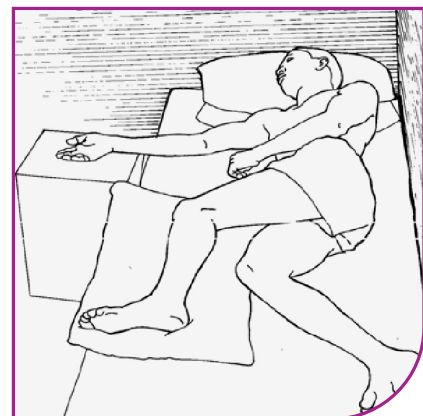
- ▶ Deje que la persona haga todo lo posible por sí misma, pero permanezca cerca para asegurarse de que esté a salvo (por ejemplo, en el baño o en la cocina).

Cuidados generales para personas en cama o silla:

- ▶ Utilice un colchón firme (ni demasiado blando ni demasiado duro).
- ▶ Si la persona no puede moverse por sí sola, cambie su posición cada 2 a 3 horas para evitar úlceras por presión y rigidez.
- ▶ Procure que pase el menor tiempo posible en la cama.
- ▶ Ubique el lado débil hacia los estímulos (como el televisor o puerta), para ayudarle a no olvidar ni pasar por alto ese lado.
- ▶ En la cama, procure que la persona se acueste de lado y no únicamente sobre la espalda.



Tumbado sobre el lado fuerte



Tumbado sobre el lado débil



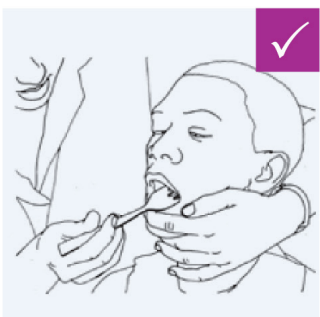


Cuidados generales para comer, tragar y cuidado bucal:

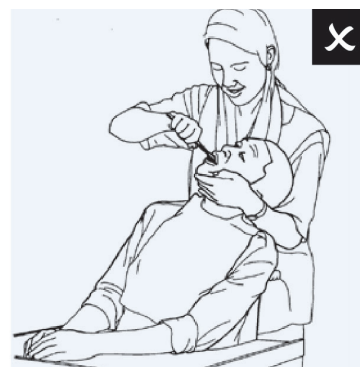
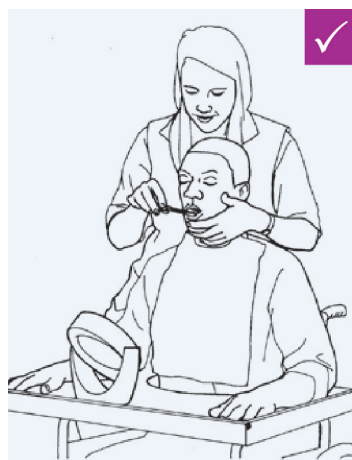
- ▶ Siempre que sea posible, la persona debe comer sentada, con la cabeza ligeramente inclinada hacia delante.
- ▶ Ofrezca bocados y sorbos pequeños; evite que incline la cabeza hacia atrás.
- ▶ Si existen dificultades para tragar, dé alimentos de textura homogénea (por ejemplo, papillas o sopas espesas).
- ▶ Después de comer, la persona debe permanecer sentada entre 20 y 30 minutos.
- ▶ Para beber, utilice un vaso lleno o un pitillo, evitando que la cabeza se incline hacia atrás.
- ▶ Para el cepillado de dientes, la persona debe estar sentada, con la espalda recta y con la cabeza en posición vertical.
- ▶ Permita que el brazo débil descanse sobre una mesa o en el borde del lavamanos; ubíquese detrás de la persona y utilice un espejo para facilitar la higiene.

Recomendaciones

Forma correcta de comer



Forma correcta de cepillar



No incline la cabeza hacia atrás ni hacia un lado.

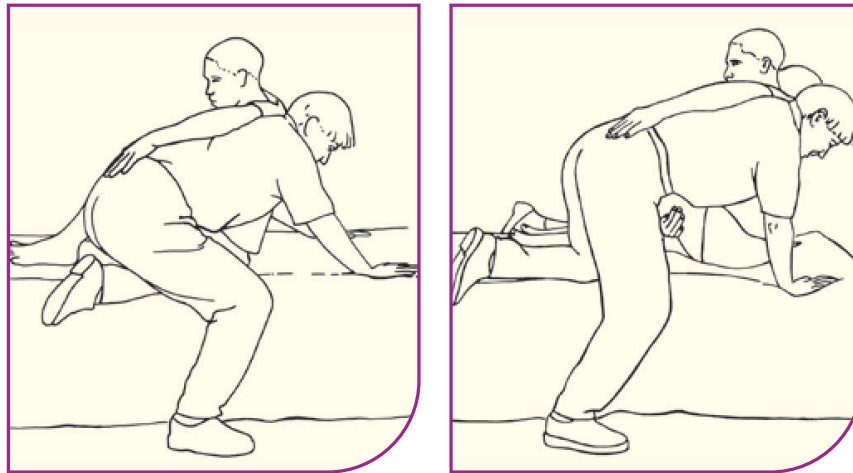




Cuidados para movilizar al paciente en cama:

- ▶ Nunca hales del brazo o la pierna débil.
- ▶ Explique siempre a la persona lo que va a hacer antes de moverla.
- ▶ Fomente que la persona participe activamente en los movimientos.
- ▶ Permanezca cerca para brindar apoyo, sin agobiarla.
- ▶ Al movilizar, doble las rodillas y mantenga la espalda recta para proteger su propia salud.

En una cama baja



Cuidados para la transferencia de la silla a la cama:

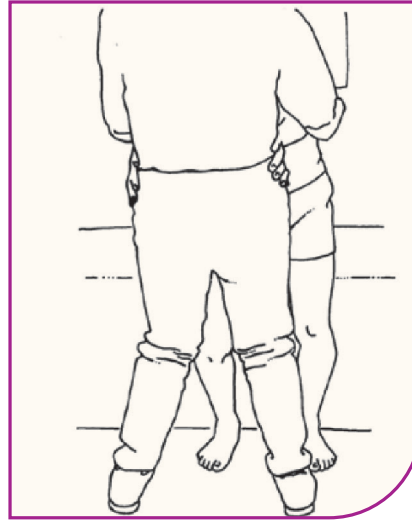
- ▶ Coloque la silla junto a la cama en un ángulo que facilite el movimiento.
- ▶ Sostenga la rodilla débil con sus propias rodillas por ambos lados (nunca la bloquee por delante).
- ▶ Ayude a la persona a inclinarse hacia adelante y luego a impulsarse hacia arriba, moviendo los hombros en la misma dirección.
- ▶ Realice el giro hacia la cama y siéntela con cuidado, asegurándose de que quede bien apoyada.





Recomendaciones

Transferencia silla - cama



Cuidado personal

¿Cómo ayudar a una persona a controlar la vejiga?

- ▶ Beber entre 6 y 8 vasos de agua al día, o usar una botella de 2 litros como referencia para asegurar la cantidad.
- ▶ Evitar beber líquidos al menos una hora antes de acostarse si presenta pérdidas nocturnas.
- ▶ Ir al baño justo antes de acostarse y nuevamente al levantarse en la mañana.
- ▶ Proteger el colchón colocando una lámina de plástico; sobre esta, poner una toalla o periódico y luego cubrir con una sábana.

¿Cómo ayudar a una persona sin control intestinal?

- ▶ Establecer una rutina intestinal, por ejemplo, ir al baño cada mañana después del desayuno.
- ▶ Para evitar el estreñimiento: se recomienda mantener una adecuada hidratación, caminar lo más posible, consumir alimentos ricos en fibra como frutas y verduras.
- ▶ Acudir a la clínica si presenta diarrea durante más de tres días.



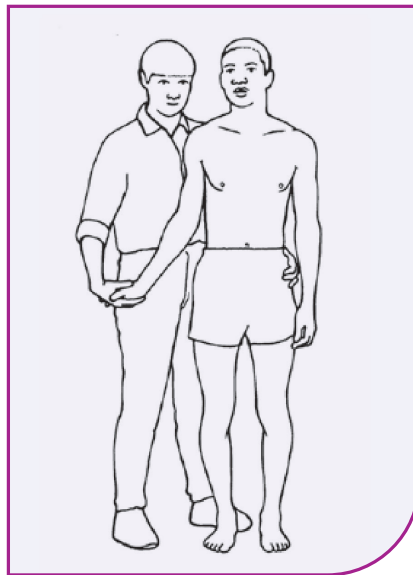


¿Cuál es la forma correcta de ayudar a alguien a caminar?

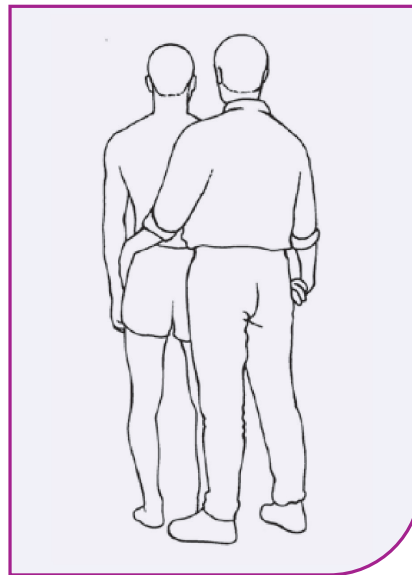
1. Colóquese al lado débil de la persona.
2. Alinee su cadera con la parte trasera de la cadera débil de la persona.
3. Si es necesario, ayude con su pie al pie débil de la persona.
4. Coloque una mano firmemente alrededor del cuerpo de la persona.
5. Con la otra mano sujete la mano débil de la persona. Si la persona está muy débil, coloque su mano libre sobre el vientre para darle mayor firmeza, sosteniéndola entre sus dos brazos.
6. Deje espacio suficiente para que la persona pueda mover el cuerpo sin sentirse presionada.

Recomendaciones

Posición para ayudar a caminar



Desde adelante



Desde atrás

