

A P O P L E J Í A

LOS FACTORES DE RIESGO

para la apoplejía

La prevención sigue siendo la mejor medicina para la apoplejía. Las condiciones tratables más importantes ligadas a la apoplejía son:

- **Presión arterial alta.** *¡Trátela!*
Coma una dieta balanceada, mantenga un peso saludable, y haga ejercicios para reducir su presión arterial. También hay medicamentos.
- **Fumar cigarrillos.** *¡Deje de fumar!*
Hay ayuda médica para ayudarle a dejar de fumar.
- **Enfermedad del corazón.** *¡Manéjela!* Su médico puede tratar su enfermedad del corazón y puede recetar medicamentos que le ayuden a prevenir la formación de coágulos. Si usted es mayor de 50 años, los científicos del NINDS creen que usted y su médico deben decidir sobre la terapia de la aspirina.
- **Diabetes.** *¡Contrólela!*
El tratamiento puede demorar las complicaciones que aumentan el riesgo de apoplejía.
- **Ataques isquémicos transitorios (AIT).** *¡Busque ayuda!*
Los AIT son pequeñas apoplejías que duran solamente unos pocos minutos u horas. Nunca se deben ignorar y se pueden tratar con medicamentos o cirugía.

ADVERTENCIA

Si usted observa o tiene uno o más de estos síntomas, no espere, ¡llame al 911 enseguida!

- Entumecimiento o debilidad repentina de la cara, el brazo, o la pierna, especialmente si es en un solo lado del cuerpo.
- Confusión repentina o problemas con el habla o comprendiendo lo que le dicen.
- Problemas repentinos con la visión en uno o en ambos ojos.
- Problemas repentinos en el caminar, mareos, o pérdida del equilibrio o de la coordinación.
- Dolor de cabeza severo repentino sin causa conocida.

**El tratamiento puede ser más efectivo si se da enseguida.
¡Cada minuto cuenta!**

National Institutes of Health
National Institute of Neurological
Disorders and Stroke
Building 31, Room 8A07
Bethesda, MD 20892
800-352-9424