



KAISER PERMANENTE®

Derrame cerebral

(Stroke)

Un derrame cerebral ocurre cuando no hay flujo de sangre a una parte del cerebro, ya sea porque las arterias se hayan cerrado debido a la aterosclerosis, por el endurecimiento de las arterias, o porque haya un sangrado en parte del cerebro. Los síntomas pueden incluir: debilidad o entumecimiento de un lado del cuerpo; pronunciación incomprensible o incapacidad completa de hablar; dolor de cabeza severo repentino; confusión mental; mala coordinación; o cambios en la vista, tales como ceguera parcial o completa, o visión doble. Cuando los síntomas son a corto plazo—durando menos de unos minutos u horas—pueden ser ocasionados por una pérdida temporal del flujo sanguíneo a una parte del cerebro. Esto se conoce como un "ataque isquémico pasajero". La gente que sufre de este tipo de ataque está a mayor riesgo para un futuro derrame cerebral.

Algunos derrames cerebrales son menores y ocasionan poco o ningún daño permanente. Sin embargo, los derrames cerebrales mayores pueden ocasionar incapacidades de por vida. Un derrame cerebral severo típicamente resulta en parálisis de un lado del cuerpo, acompañada posiblemente por dificultad para hablar, pérdida de la vista, o problemas de equilibrio.

La mayoría de los derrames cerebrales son ocasionados por presión arterial alta o aterosclerosis. El fumar, la diabetes, el colesterol alto y tomar pastillas anticonceptivas también se han asociado con una mayor incidencia de derrames cerebrales.

Si usted tiene la presión arterial alta, diabetes o colesterol alto, es importante comer una dieta saludable, hacer ejercicio con regularidad, mantener un peso corporal saludable, tomar los medicamentos como se le receten, y tener chequeos regulares para asegurar un tratamiento adecuado para su afección. Si usted fuma, fume menos o deje de fumar por completo. A algunas mujeres que usan pastillas anticonceptivas les convendría más usar otra forma de control natal.

Si usted ha tenido un "ataque isquémico pasajero" o está por cualquier razón a un

riesgo alto de un derrame cerebral, trabaje con su doctor o con su proveedor de salud para determinar si usted se beneficiaría de algún tratamiento o medicamento adicional.

Si usted tiene síntomas de un derrame cerebral, llame a su doctor o a su proveedor de salud. Éste le puede aconsejar ya sea que haga una cita en la clínica o que vaya inmediatamente al Departamento de Emergencias. Si no puede contactar a su proveedor de salud, llame a la enfermera consejera. Debe llamar también a su proveedor de salud o a la enfermera consejera para hacer arreglos para un chequeo si recientemente ha tenido síntomas que ya hayan pasado.

Ahora vamos a comentar algunos de los desafíos que usted puede encarar si un miembro de la familia o un amigo cercano llega a sufrir un derrame cerebral. Una vez que ha ocurrido un derrame cerebral, la rehabilitación puede comenzar por lo común de inmediato. Esto frecuentemente involucra fisioterapia, terapia ocupacional y terapia del habla. La mejoría en la fortaleza y el funcionamiento ocurre más rápidamente durante los primeros seis meses, pero puede continuar por varios años. Algunos problemas y deshabilitaciones pueden ser permanentes, pero los programas de rehabilitación pueden ayudar al paciente de un derrame cerebral a hacer la mayor recuperación posible. Cuando éste vuelva a casa, los miembros de la familia deben hacer el mayor esfuerzo para ayudar a que el paciente de un derrame cerebral funcione independientemente y vuelva a tener una existencia tan normal como sea posible. Si el paciente usa una silla de ruedas, usted puede tener que reordenar los muebles de la casa y asegurar que haya acceso fácil a artículos de uso frecuente, tales como ropa y teléfonos. La alcoba del paciente de un derrame cerebral puede necesitar pasarse a la planta baja. Los elementos del cuarto de baño, las manijas de las puertas y las entradas pueden tener también que ser alteradas.

Para los pacientes de un derrame cerebral que hayan perdido la vista pero que todavía pueden caminar, hay que tomar medidas para protegerlos de peligros caseros potenciales, tales como escaleras abiertas. Es importante darse cuenta de que ajustarse a la incapacidad ocasionada por un derrame cerebral es frecuentemente no sólo tensionante para el paciente del derrame cerebral sino también para los otros miembros de la familia. Es frecuentemente útil para todos si la situación se comenta abiertamente. Recuerde que, aunque un paciente de un derrame cerebral pueda tener dificultad para hablar, éste comúnmente puede oír normalmente y comprenderá todo lo que se diga. El Departamento de Rehabilitación, Cuidado Doméstico y Servicios Sociales de su Centro Médico puede proveer ayuda con los puntos prácticos así como también emocionales de cuidar en casa a un paciente de un derrame cerebral.

Ya que los pacientes de un derrame están a mayor riesgo de complicaciones que resultan de su incapacidad de moverse de la manera a que estaban acostumbrados, usted debe estar vigilante por ciertas señales de aflicción. Éstas incluyen: enrojecimiento o úlceras en áreas de presión; dolor abdominal; hinchazón en las piernas; falta de aliento; fiebre; tos, o estar menos alertas. Si un paciente de un derrame cerebral tiene cualquiera de estas señales de complicaciones, llame a su doctor o a su proveedor de salud inmediatamente.



Para mayor información confiable sobre temas de salud:

- Entre al sitio de internet exclusivo para miembros en www.kaiserpermanente.org/california, y cliquee el boton que dice "Kaiser Permanente Members Only"
- Visite el Centro de Educación para la Salud en su establecimiento local de Kaiser Permanente.
- Consulte su copia de "La Salud en Casa: Guía Práctica de Healthwise y Kaiser Permanente.
- Escuche los mensajes del Teléfono de la Salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.

Para conseguir una copia gratis del "La Salud en Casa" o del "Directorio del Teléfono de la salud," llame al 1-800-464-4000.

Esta información no se presenta con la intención de diagnosticar problemas de salud o en lugar del cuidado médico profesional. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene más preguntas, por favor, consulte con su doctor o con su proveedor de salud.

© 1998, The Permanente Medical Group, Inc.

REGIONAL HEALTH EDUCATION

5122s