FACTORES DE RIESGO NO MODIFICABLES

- Edad
- Sexo
- Antecedentes familiares

FACTORES DE RIESGO MODIFICABLES

- Hipertensión
- Obesidad
- Diabetes
- Tabaquismo
- Nivel de colesterol elevado
- Lesiones y/o traumatismos de cabeza o cuello
- Inactividad física
- Apnea del sueño
- Migraña
- Consumo de drogas (la cocaína y anfetaminas pueden adelgazar las paredes de los vasos sanguíneos, provocando ruptura y sangrado cerebral)

Recuerda que reducir los factores modificables es vital para prevenir los **EVC.** Por ello, corrige en la medida de lo posible aquellos hábitos y estilos de vida que puedan comprometer tu salud a futuro. Lleva una alimentación balanceada y realiza ejercicio de 20 a 30 minutos al día. Y si presentas alguna de las enfermedades de riesgo, ejerce un mayor control y autocuidado de la misma.

¡Por una PBI más **informada!**
¡Recuerda que la **Subdirección de Servicios Médicos Integrales** trabaja en beneficio **tuyo y de tu familia!**
Área de Promoción de la Salud

Unidad Médica "Cien Metros"
Av. de los Cien Metros No. 96,
Col. Nueva Vallejo, Alcaldía Gustavo A. Madero, C.P. 07750, CDMX
Tel. 55 8984-5239, 55 8984-5240

Unidad Médica "Marruecos"
Calle Marruecos No. 51, Col. Romero Rubio,
Alcaldía Venustiano Carranza, C.P. 15400, CDMX
Tel. 55 2616-1654

Unidad Médica "Especialidades"
Calle Norte 13-A, No. 5221, Col. Nueva Vallejo.
Alcaldía Gustavo A. Madero. C.P. 07750, CDMX
Tel. 55 5719-2662

Fuentes de consulta: Accidente Cerebrovascular, Esperanza en la Investigación, (2021), Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Accidentes Cerebrovasculares.
Rodríguez, R Francisco, Salazar J, María, Carrera G, Kevin, Protocolo de acción ante probable enfermedad vascular cerebral en persona adulta mayor en centros gerontológicos, (2023), Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores Dirección de Gerontología.
En 2021, ictus o enfermedad vascular cerebral ocasionó más de 37 mil decesos en México, Secretaría de Salud, (2022). Consultado en; https://www.gob.mx/salud/prensa/531-en2021-ictus-o-enfermedad-vascular-cerebral-ocasiono-mas-de-37-mil-decesos-en-mexico

CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN
SSC | PBI

25 DE MAYO

DÍA MUNDIAL DE LOS EVENTOS CEREBROVASCULARES (EVC)

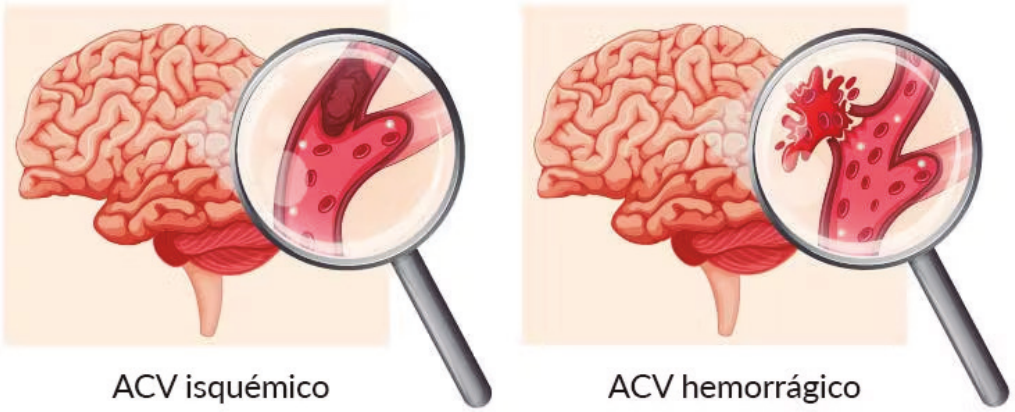
En México, los **accidentes Cerebrovasculares** tienen una incidencia de **118 casos por cada 100 mil habitantes.** Lo que significa que anualmente causan entre **30 y 40 mil decesos.** Siendo la quinta causa de muerte mayoritariamente en hombres mayores de 65 años (INEGI/INNyN).

Los **Eventos Cerebrovasculares (ECV),** también conocidos como: **ataque cerebral, derrame cerebral, infarto cerebral, apoplejía, trombosis, ictus o embolia,** son una interrupción repentina del flujo sanguíneo al cerebro, y los hay de dos tipos de a cuerdo a su origen:

ISQUÉMICO: ocurre cuando el suministro de sangre en un vaso sanguíneo se corta o se interrumpe repentinamente por la obstrucción de un coágulo de sangre o residuos celulares.
Impidiendo el correcto suministro de sangre a una o más regiones del cerebro. Éstos a su vez se subdividen en tres:

- **Trombosis:** cuando se forma un coágulo dentro de un vaso sanguíneo del cerebro.
- **Embolia:** cuando un coágulo se desplaza desde otra parte del cuerpo (corazón o pecho) hacia una arteria más estrecha en la parte superior del cuerpo (cuello o cabeza).
- **Estenosis:** cuando una arteria en el cerebro o el cuello se hace más estrecha.

HEMORRÁGICO: cuando un vaso sanguíneo se rompe y derrama sangre en el cerebro.
Igualmente cuenta con tres subtipos, sin embargo, su clasificación varía de acuerdo con la zona en que se derrama la sangre dentro de la cavidad cerebral.
En cualquiera de los dos casos, la atención médica debe de ser inmediata, ya que las neuronas (células cerebrales que no se regeneran) mueren al dejar de recibir el oxígeno y los nutrientes necesarios para funcionar, lo que genera daños que pueden ser permanentes, y afectar funciones básicas como el habla, la visión o la movilidad parcial o total de partes o regiones del cuerpo.



SINTOMATOLOGÍA

Las personas que desarrollan un **EVC** probablemente no sepan que lo padecen, por lo que suelen ignorar muchas veces las señales de alarma, tales como:

- Debilidad muscular
- Entumecimiento repentino y/o torsión de cara, brazo o pierna, especialmente en un lado del cuerpo
- Confusión
- Dificultad repentina para hablar, comprender o mantener una conversación
- Pérdida repentina de la visión
- Dificultad para enfocar objetos con uno o ambos ojos
- Dificultad para caminar
- Pérdida de memoria
- Mareos
- Pérdida del equilibrio y/o coordinación al estar de pie
- Dolor de cabeza repentino e intenso y sin una causa aparente (pudiendo sentir punciones en la zona de la cabeza internamente afectada)
- Desorientación espacial