

Por tu salud...

Ictus: Actuar a tiempo es la clave



El “ictus” es un trastorno circulatorio de comienzo súbito, que ocasiona una alteración transitoria o definitiva del funcionamiento de una parte del cerebro. Dependiendo de cuál sea la zona afectada y la extensión del mismo la sintomatología y las repercusiones sobre el paciente pueden presentar distintos niveles.

El ictus, también llamado accidente cerebrovascular (ACV), se produce por una falta de riego sanguíneo en una zona del cerebro. Puede ser causado por la rotura de una arteria (20% de los casos, y se denomina ictus hemorrágico o hemorragia cerebral), o por un coágulo que obstruye una arteria (80% de los casos, y se denomina ictus isquémico, isquemia cerebral o infarto cerebral).

Quien sufre un ictus pierde las capacidades asociadas a la zona del cerebro afectada, lo que puede conllevar la muerte de quien lo padece (20% de los casos), o discapacidades graves (44% de las que sobreviven).

Conviene recordar los factores clave de esta patología:

- Esta patología representa la **1ª causa de muerte** en las mujeres y la **2ª causa de muerte** en los hombres.
- Se producen en España **10 ictus cada hora**. La frecuencia del ictus no es despreciable. Cada año se producen 90.000 casos nuevos en España, de los cuales cerca de 1.300 casos nuevos en Navarra, según datos de la SEN¹.
- El **30%** de los pacientes suelen tener **síntomas previos** o ataques isquémicos transitorios.
- El **40%** de los que sobreviven quedan con una **incapacidad moderada o grave**. La dimensión social, laboral y económica es muy importante.

- El **15%** de los casos se producen en personas **menores de 45 años**, si bien la mayoría suceden a partir de los 65 años.
- El **20%** de los pacientes vuelven a tener un ictus dentro del **tercer mes**.

La causa principal del infarto cerebral es la arterioesclerosis, aunque también es frecuente que se deba a embolias o coágulos procedentes del corazón. En la hemorragia cerebral las responsables suelen ser la hipertensión arterial y las malformaciones arteriovenosas.

Conocer los signos de alarma

El ictus es una urgencia neurológica; se presenta de forma súbita pero los síntomas de alarma pueden alertar al paciente para que acuda urgente al hospital. El abordaje precoz es vital ya que reduce la mortalidad y las secuelas. Por eso es muy importante saber identificar los síntomas para acudir lo antes posible a urgencias. Tal como se comentó anteriormente, aproximadamente un 30% de los pacientes pueden tener síntomas previos de aviso, de escasa duración, (los denominados *ataques isquémicos transitorios*). La identificación de estos síntomas juega un papel muy importante ya que su tratamiento puede evitar un infarto cerebral posterior.

Según el Grupo de estudios de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad española de Neurología los **signos de alarma** son:

- Pérdida de fuerza en la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo, de inicio brusco.
- Trastornos de la sensibilidad, sensación de «acorchamiento u hormigueo» de la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo, de inicio brusco.
- Dolor de cabeza de inicio súbito, de intensidad inhabitual y sin causa aparente.

¹ SEN: Sociedad Española de Neurología.



Por tu salud...

Ictus: Actuar a tiempo es la clave



- Alteración repentina del habla, dificultad para expresarse, lenguaje que nos cuesta articular y ser entendido por quien nos escucha.
- Pérdida súbita de visión, parcial o total, en uno o ambos ojos.
- Sensación de vértigo intenso, inestabilidad, desequilibrio o caídas bruscas inexplicadas, si se acompañan de cualquiera de los síntomas anteriores.
- Trastornos del habla. La persona tiene dificultades para expresarse o entender lo que dicen (afasia) y/o dificultades para pronunciarlas (disartria).
- Trastornos del equilibrio con alto riesgo de caídas y fracturas.
- Trastornos cognitivos. Se ve afectada la atención, concentración, el pensamiento o la memoria.
- Trastornos emocionales. Es frecuente la aparición de cuadros depresivos o de ansiedad.
- Dolores. Pueden sufrirse dolores por varias causas, entre ellas la localización del infarto en una parte del cerebro (tálamo) o de los miembros afectados.
- Pérdida de visión. Pérdida de la mitad del campo visual. Dificultad para leer o conducir.
- Pérdida de sensibilidad en la mitad del cuerpo. Puede ser la causa de caídas, torpeza al caminar y dificultad para manejar objetos.

Cómo actuar en caso de producirse

El ictus es una urgencia médica que requiere un diagnóstico y tratamiento precoz. El tejido cerebral sometido a isquemia puede tardar horas en infartarse; este periodo de tiempo, denominado “*ventana terapéutica*”, es clave para evitar o reducir el tamaño del infarto.

La llegada del paciente a un hospital en las **primeras 3 horas** de comienzo del ictus es fundamental para aplicar las medidas adecuadas de recanalización arterial para así reducir la morbimortalidad. Más del 70% de las personas que sufren un infarto cerebral no llega a tiempo a una unidad de ictus a pesar de que las secuelas se podrían reducir entre un 25%-30% si se acudiese al comienzo de los primeros síntomas para recibir tratamiento.

El paciente con ictus en fase aguda debe ser atendido en un servicio de Neurología, preferiblemente con Unidad de Ictus. Con la puesta en marcha de estas unidades se ha cambiado la denominada “*ley del tercio*”: 1/3 de los pacientes moría al cabo de un año, 1/3 acababa en silla de ruedas y 1/3 tenía una calidad de vida razonable. En la actualidad, 2/3 de los afectados sobreviven o consiguen no ser dependientes.

Secuelas que se derivan del ictus

Las secuelas que se derivan de un ictus son diversas y con distinto nivel de gravedad:

- Parálisis o pérdida de fuerza. La más frecuente. Afecta a la mitad del cuerpo, cara, brazo y pierna del mismo lado. Impide realizar actividades comunes de la vida.

Consejos para prevenir el ictus

Llevar una dieta equilibrada y evitar hábitos nocivos para la salud puede prevenir su aparición. La hipertensión arterial, el tabaquismo, las enfermedades cardíacas, la diabetes, el aumento del colesterol, el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, el consumo de drogas (anfetaminas, cocaína, etc.), el sedentarismo y la obesidad son **factores de riesgo** que favorecen su desarrollo. Para ello, se aconseja:

- llevar una dieta equilibrada, evitar hábitos nocivos para la salud, conocer y controlar la tensión arterial, realizar ejercicio físico con regularidad, dejar el tabaco, conocer los niveles de colesterol y tensión, vigilar el peso, controlar el azúcar, reducir el estrés, mantener un ánimo sereno y positivo, y conocer las señales de alarma.

Fuente:

1. Clínica Universidad de Navarra. www.cun.es
2. ADACEN: Asociación de Daño Cerebral de Navarra. <http://www.adacen.org/>



Ser azul es promover la salud en el trabajo.