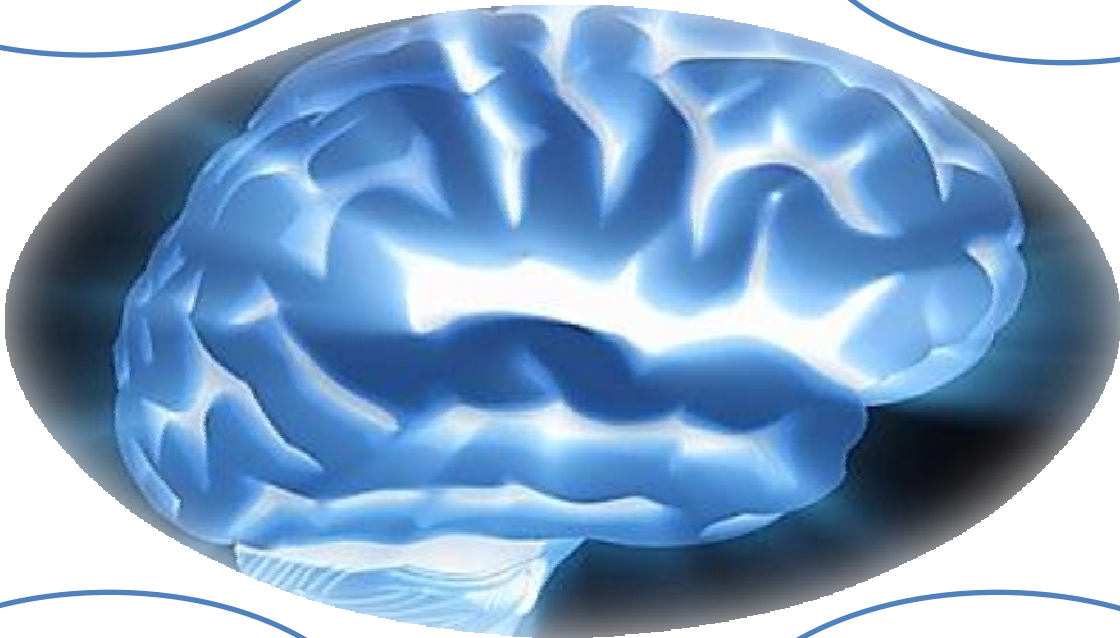


CONOZCA QUÉ ES UN ACCIDENTE CEREBROVASCULAR

Hemorágico

MENTE

CUERPO



ESPÍRITU

EMOCIÓN



EISENHOWER MEDICAL CENTER
Health Care As It Should Be

Derrame Cerebral: La Mente, El Cuerpo, El Espíritu, las Emociones

¿Qué es un derrame cerebral?

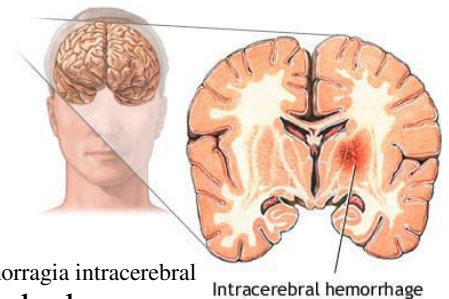
Un derrame cerebral es una disminución de oxígeno y riego sanguíneo a una parte del cerebro. Un derrame ocurre cuando una arteria que lleva al cerebro rompe (accidente cerebrovascular hemorrágico) o se pone obstruida por un coágulo (accidente isquémico). Cuando esto ocurre, el tejido cerebral no recibe el oxígeno que necesita y el tejido puede morir en unos minutos. Cuando mueren células cerebrales específicas, la parte del cuerpo controlada por esas células cerebrales no puede funcionar correctamente. Puede afectar los sentidos, el habla, el comportamiento, las formas de pensar y la memoria. Además, puede dar por resultado en la parálisis, el coma y la muerte.

Derrames provocados por sangrado

(También conocidos por accidentes hemorrágicos)

Una hemorragia es el resultado de un vaso debilitado que rompe y sangra en el cerebro alrededor. La sangre acumula y comprime el tejido cerebral circundante. Los tipos más comunes de derrames hemorrágicos son hemorragias intracerebrales, rupturas de aneurisma, malformación arteriovenosas cerebral (MAV), y rara vez hemorragias subaracnoideas.

Los tipos más comunes de sangrado:



Hemorragias Intracerebrales

- ☐ Se debe generalmente a alta presión arterial o el uso de drogas que debilitan las paredes de los vasos sanguíneos
- ☐ La forma más común de tratamiento no es quirúrgica
- Rupturas de Aneurisma o Malformaciones Arteriovenosas (MAV)
 - Es un área débil en un vaso sanguíneo que normalmente se agranda y sangra en el cerebro.
 - La forma más común de tratamiento no es quirúrgica.

Los AIT y Derrames Cerebrales

Accidente Isquémico Transitorio (TIA): Puede presentarse días, meses o años antes de un derrame cerebral y puede meses o años antes de un derrame cerebral y durar solo unos pocos minutos.

Derrame cerebral: Un derrame cerebral es una disminución repentina en el oxígeno y el flujo de sangre a parte of del cerebro.

Prevención: Opciones sanas en el estilo de vida pueden prevenir derrames en el futuro.

Accidentes Isquémicos Transitorios *A menudo se refiere a “mini-derrame” pero es más exacto describirlo como “advertencia de un posible derrame en el futuro”, una advertencia que se debe considerar seriamente.*

- AIT ocurre cuando el flujo sanguíneo hacia una parte del cerebro se detiene por un periodo breve de tiempo.
- Una persona puede tener síntomas parecidas a un derrame cerebral por hasta 24 horas, pero en la mayoría de los casos de 1 a 2 horas.
- Se considera una señal de advertencia que pueda experimentar un verdadero derrame en el futuro si no toma pasos para prevenirlo.
- No ignore estos síntomas: **Llame** a 911.



Señales y Síntomas de un Derrame Cerebral (Actúe rápido)*

La CARA	Los BRAZOS	El HABLA	Es HORA *
FACE. 	ARMS. 	SPEECH. 	TIME. 
¿Se ha caído la cara a un lado? ¿Puede sonreír?	¿Puede levantar los dos brazos y mantenerlos allí?	¿Habla de forma incoherente?	Es hora de llamar a 911 si Ud. observa una de estas señales

La Cara: Pide a la persona que sonría.

- ¿Se deja caer un lado de la cara?
- ¿Hay baba?

Los Brazos: Pide a la persona que levante los dos brazos.

- ¿Se deja caer hacia abajo un brazo?
- ¿Tiene debilidad en la pierna?
- ¿Tiene problema al caminar?
- ¿Tiene mareos?



El Habla: Pide a la persona que repita una frase sencilla.

- ¿Son incoherentes las palabras?
- ¿Está confundida la persona?
- ¿Puede él o ella repetir la frase correctamente?
- ¿Tiene problemas nuevos cuando traga?

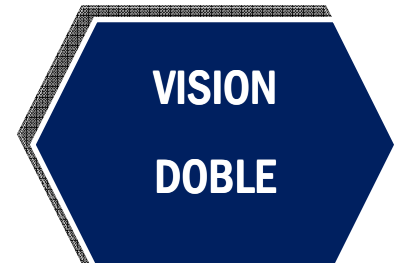
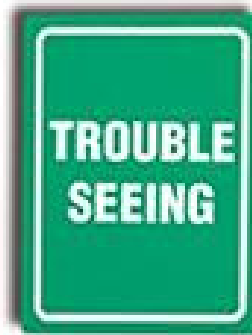
***Cefalalgia Severa Repentina:** No ignore este síntoma.

Es hora: Es hora de llamar para pedir auxilio. Marque 911 o vaya rápido al hospital más cercano. Observe cuando fue la última vez que pareció normal (sin síntomas).

Conozca Su Derrame Cerebral

Comienzo súbito de:

DIFICULTAD PARA CAMINAR
DEBILIDAD EN UN LADO
DIFICULTAD PARA VER
DIFICULTAD PARA HABLAR
DIFICULTAD PARA TRAGAR



- ¿Qué debo hacer si sospecho que tengo un derrame cerebral o una AIT?
- Actúe Rápido y llame a 911 **inmediatamente.**
- Si usted tiene una de estos síntomas y no se siente bien, no vuelva a acostarse para sentirse mejor.
- Si usted recibe ayuda de emergencia rápida, los medicamentos poderosos que disuelven los coágulos pueden reducir las incapacidades provocadas por un derrame, si es que usted califica.

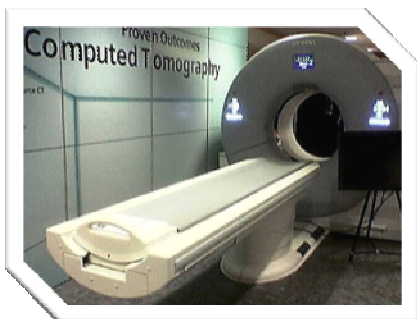
Notas:

Estudios Comunes para Derrames Cerebrales

Revisiones médicas y escaneos del cerebro con otros estudios:

(Usted puede tener algunos o todos)

TC (tomografía computarizada)



Escaneo del cerebro

IRM (imagen por resonancia magnética)



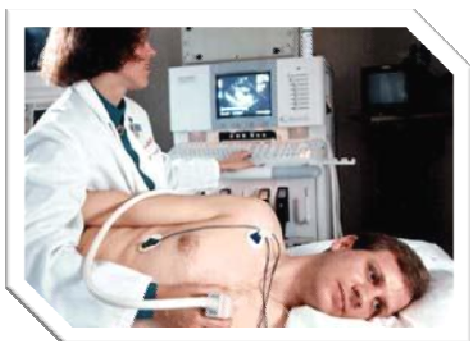
Escaneo del cerebro

Pruebas de Laboratorio



Revisa los valores de sangre

Ecocardiograma



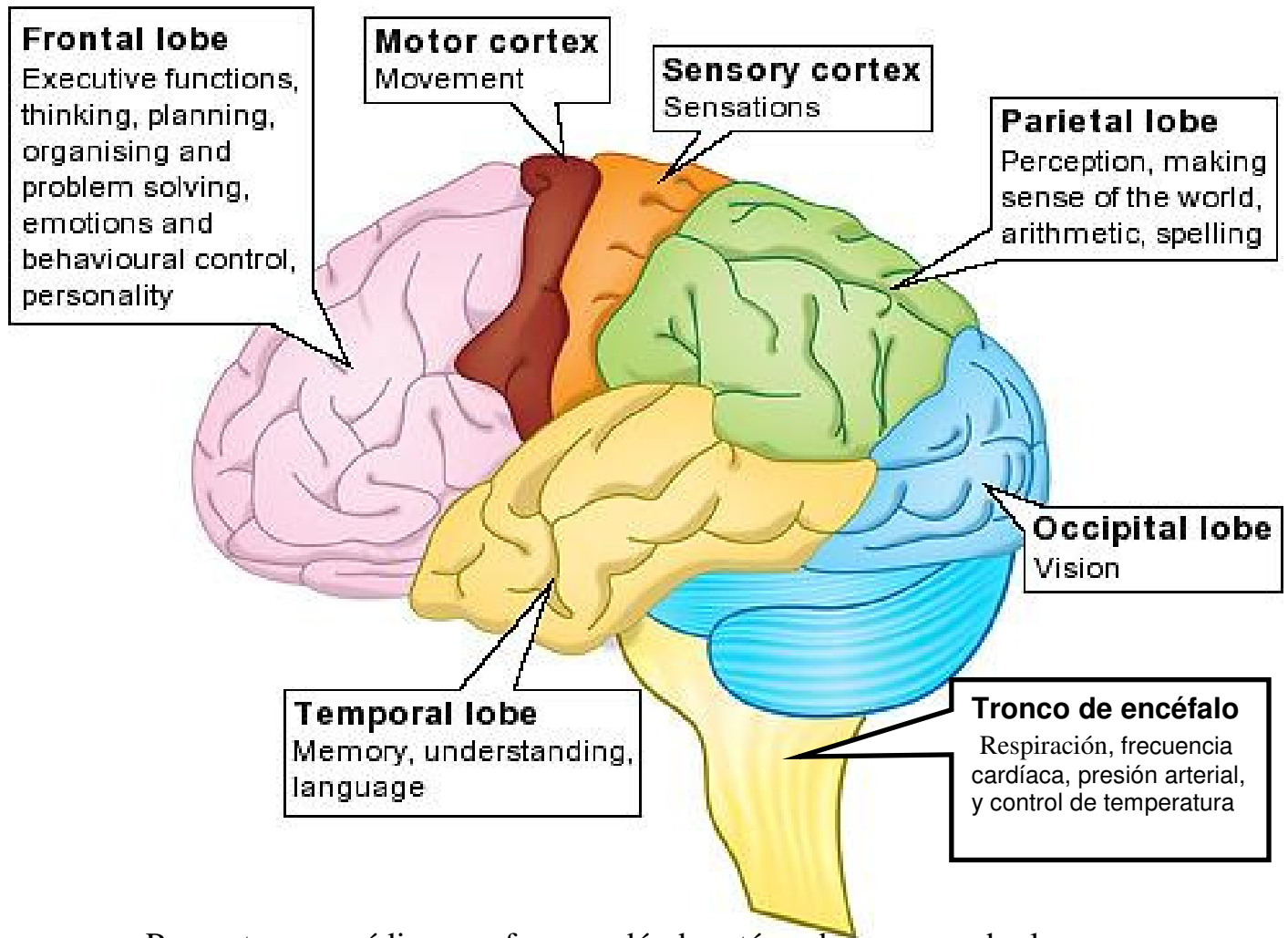
Examina el corazón

Ultrasonido de la Carótida



Examina el flujo de sangre en el cuello

El Cerebro es una Estructura Compleja con muchos Diferentes Funciones



- Pregunte a su médico o enfermera dónde está su derrame cerebral
- El área del derrame determinará cómo funciona su cuerpo
- El derrame cerebral puede hacer daño en una o más áreas de su cerebro

Lóbulo frontal

Ejecución de funciones, pensamiento, planificación, organización y resolver problemas, controlar emociones y comportamiento, la personalidad

Corteza motora

Movimiento

Corteza sensorial

Sensaciones

Lóbulo parietal

Percepción, encontrar sentido del mundo, emplear aritmética, deletrear

Lóbulo occipital

Visión

Lóbulo temporal

Memoria, entendimiento, lenguaje

Medicamentos Comunes para Derrames



- **Antitromboticos/ Anticoagulantes** : previenen que se coagule su sangre y obstruye la formación de coágulos sanguíneos (se le conocen popularmente como diluentes de la sangre)
- **Estatinas**: reducen los niveles de grasa (colesterol)
- **Medicamentos para la presión arterial**: reduce la presión arterial a una gama normal



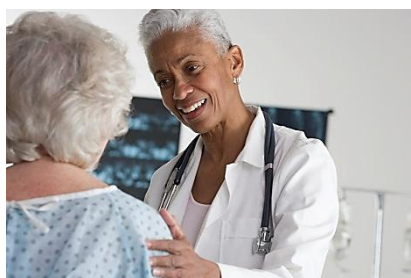
- *Conozca su gama de presión arterial recomendada por su médico*
- *Consulte en su farmacia/supermercado par ver si tienen chequeos gratis de presión arterial*
- *No deje nunca de tomarlos medicamentos para la presión arterial sin la aprobación de su médico*

- Los medicamentos pueden ser problemáticos porque tiene dos nombres

Por ejemplo:

- Tylenol = nombre de marca
 - Acetaminofén = nombre genérico
- Los medicamentos de otros países (tales como México) pueden tener nombres desconocidos y dosificaciones que pueden ser diferentes de los que se venden en los Estados Unidos

Usted y su médico decidirán qué tipos de medicamentos usted necesitará para ayudarle prevenir derrames cerebrales en el futuro.



Alertas sobre Medicamentos

- **Es SU responsabilidad asegurarse de que usted entiende:**

-

- **Qué** medicamentos usted está tomando
- **Por qué** usted está tomando esos medicamentos
- **Cómo** usted tomará esos medicamentos
- **Cuándo** tiene que repetir sus medicamentos
- **Conozca** los efectos secundario de sus medicamentos

Su dieta y sus medicamentos son importantes:

- Tome sus medicamentos como son recetados
 - No deje nunca de tomar sus medicamentos para el derrame
 - Lleve una lista con usted de todos sus medicamentos
 - Dígale a sus médico si está tomando hierbas o vitaminas
 - Su dieta puede afectar cómo funcionan sus medicamentos
- Consulte con su doctor si hay cambios en su dieta

Notas:

Su Equipo de Rehabilitación

Con el transcurso de tiempo su recuperación progresará en etapas, pero las terapias rehabilitadoras pueden ayudarle recuperar el funcionamiento más rápido. Su doctor puede recomendar las terapias rehabilitadoras en una variedad de ambientes. La rehabilitación propone mejorar la habilidad física y la independencia. El éxito depende del alcance de los daños cerebrales, la actitud del paciente y la cooperación de la familia y los amigos.

El médico puede ordenar los siguientes basándose en las necesidades especiales de usted:

Fisiatra (MFR)

- Un médico que especializa en la rehabilitación de derrames cerebrales y dirige sus terapias rehabilitadoras

Terapeuta Físicas (TF)

- Le ayudan a mejorar su habilidad de caminar y balancear y con otras habilidades físicas

Terapeutas Ocupacionales (TO)

- Le ayudan a realizar las actividades cotidianas tales como darse de comer, bañarse, vestirse y con la higiene

Terapeutas del Habla (SLP)

- Le ayudan a recobrar las habilidades del habla y también ayudan con otros problemas tales como tragar con seguridad, hablar y entender las palabras escritas y habladas

Terapeutas Recreativos

- Le ayudan a resumir actividades de tiempo libre y de recreo

Los servicios que usted recibe dependerán de sus necesidades, su habilidad de participar en terapias, su apoyo en casa, y su cobertura de seguro médico.



Factores Que USTED Puede Controlar



Recuerde que Usted puede educarse acerca de los ataques cerebrales.

¿Qué puede hacer USTED para prevenir un ataque cerebral?

Controle su Presión Sanguínea y la Glucosa en la Sangre

- Manténgase dentro de su nivel de presión sanguínea
- Controle la glucosa en la sangre

Comprenda y Controle la Fibrilación Auricular (FA)

- Comprenda el papel de los antitrombóticos/anticoagulantes (diluentes)

Controle Su Dieta

- Limite las grasas y el colesterol
- Limite su consume de sal



Deje de Fumar

- No solamente para su cerebro
- Si usted necesita ayuda para dejar de fumar, consulte con su enfermera o médico. Eisenhower Medical Center tiene un programa para ayudarle dejar de fumar que está disponible para usted al llamar (760) 7733-2080.

Alcohol y Drogas

- El alcohol consumo de alcohol aumenta las probabilidades de tener un problema cerebral, incluyendo un evento cardiovascular y demencia.
- El consumo de drogas, especialmente la metanfetamina (también conocida como meth) puede provocar la muerte de un derrame cerebral.
- Si usted o un querido ha tenido experiencia con consecuencias negativas del consumo de alcohol o drogas, hay ayuda disponible en su comunidad:
 - Alcohólicos Anónimos: (760) 324-4880
 - Narcóticos Anónimos: (760) 346-5800
 - Línea de Ayuda con el Alcohol y Drogas: 1-800-821-4357

Desafortunadamente, usted no puede cambiar los factores de riesgo tales como su edad, sexo, raza, historia de previos derrames e infartos o AITs.

La Vida Después de un Derrame Cerebral– Su Recuperación Depende de USTED

Seguimiento

- Manténgase en contacto con los doctores
 - Su médico del cerebro (neurólogo)
 - Su médico de cabecera
 - Su equipo de rehabilitación
- Grupos de apoyo a las personas que sufrieron accidentes cerebrovasculares
- The Stroke Clinic (Clínica que Trata Derrames) en Eisenhower Medical Center
- Otras clínicas dirigidas por su seguro médico

La Vida en el Hogar

- Si usted tiene preocupaciones en cuanto a la actividad sexual consulte con su médico
- Consulte con su médico cuando o si puede empezar a manejar un automóvil
- La depresión después de un derrame es común. Si usted o un querido muestra estas señales (dificultad para concentrarse, recordar detalles, y tomar decisiones, fatiga, energía disminuida, sentir triste o sentir un vacío) póngase en contacto con su doctor.

Ayuda para los Cuidadores

- Ser cuidador de una persona que sufrió un derrame cerebral puede ser un trabajo difícil
- Hay grupos de apoyo para los cuidadores de quienes han sufrido accidentes cerebrovasculares
- Tome un descanso para cuidarse a si mismo



Espiritual

- Puede ser beneficioso aprovechar su apoyo espiritual en su recuperación de un accidente cerebrovascular.

El cambio está en sus manos. Usted no está solo. Permita que lo ayudemos.

Recursos para Víctimas de Accidentes Cerebrovasculares

Recursos en la Comunidad

- Stroke Recovery Center in Palm Springs
(Centro de Recuperación de Derrames Cerebrales)
 - (760) 323-7676
 - www.strokerecoverycenter.org/
- Jewish Family Services
(Servicios Judaicos a Familias)
 - (760) 325-4088
 - www.jfsdesert.org/
- Center for Healthy Living at EMC
(Centro para Llevar una Vida Saludable en el Eisenhower Medical Center)
 - (760) 568-1234
 - www.emc.org/body.cfm?id=306



Recursos en línea

- American Stroke Association: <http://www.strokeassociation.org>
- Brain Attack Coalition: <http://www.stroke-site.org/>
- Centro de Tratamiento de Abuso de Alcohol y Drogas en el Betty Ford Center: <http://www.bettyfordcenter.org>
- National Stroke Association: <http://www.stroke.org>
- National Institute of Neurological Disorders and Stroke (NINDS): (Instituto Nacional de Desordenes Neurológicos y Derrames)
<http://www.ninds.nih.gov/>
- Caregiver Support Tips: (Pautas para Ayudar a los Cuidadores)
http://www.helpguide.org/elder/caring_for_caregivers.htm
- Family Caregiver Support Network (Red de Apoyo para Cuidadores Familiares): <http://www.caregiversupportnetwork.org/default.asp?id=1>
- Caringbridge: Bringing family, friends and loved ones together when it matters: (Juntando a familiares, amigos y queridos cuando importa)
www.caringbridge.org

Necesitamos Su Compromiso

Los estudios muestran que los pacientes que tienen fuertes redes de ayuda en su comunidad generalmente tienen mejores recuperaciones de derrames cerebrales.

Es por eso que necesitamos su compromiso/

Estamos pidiéndole que usted nos dé tres nombres de familiares, amigos o proveedores de cuidado para compartir con ellos información educacional de seguimiento sobre derrames cerebrales.

Nombre de Paciente (Imprima) _____ Fecha _____

(Firma) _____ Fecha _____

- ☐ **Elijo participar***
☐ **Me niego a participar***

NOMBRE	TELEFONO	DIRECCION	EMAIL

***Envíe un escaneo de este formulario a Deborah Bayer, RN, BSN, CCRN, Coordinadora de Accidentes Cerebrovasculares a dbayer@emc.org**

SEPTIEMBRE 2012

Reconocimientos de Créditos a:

Eisenhower Medical Center (EMC)

Stroke Process Improvement Force (SPIF) (Fuerza de Mejoras del Proceso de Tratar Accidentes Cerebrovasculares)

Creado por el comité ad hoc de Eisenhower y SPIF; educación para pacientes de derrames y accidentes isquémicos transitorios (AIT).

Presidente: Joshue Leyva, Apéndice en Conexiones de Careras en Medicina, UCLA

Co-Presidente: Deborah Bayer, RN, BSN, CCRN

Miembros: Kathleen Stange, PT, Gerente de Fisioterapia de Internados

Kierstyn Wondoloski, Programa Voluntario de Derrames

Kimberly Hancock, RN, BSN, CEN, CFRN

Lowell Nece, MA, CCC-SLP

Michael Weinstein, MD, Director de Pacientes Agudos Internados

Norma Zapata, LCSW, Trabajadora Social/ Planificadora de Altas

Sara Reylek, MS, CCC-SLP

Sue Effinger, RN, MSN / MHA

Therese Montemayor, RN, Coordinadora de Pacientes Internados

Partes Interesados: Hamid Salari-Namin, MD, Director Médico de Accidentes

Cerebrovasculares, Neurólogo, Comité de Educación para Pacientes

Sobrevivientes de accidentes cerebrovasculares y sus familias

Grupo de trabajo de accidentes cerebrovasculares

Liderazgo de enfermería

Objetivos:

- *Estandarizar la educación de alta por un continuum de cuidado*
- *Mejorar el contenido y la retención de educación de derrames y AITs*
- *Prevenir readmisiones*
- *Mejora la calidad de vida*
- *Provee fácil acceso a educación a los médicos y las clínicas*

Vínculo a Materia Educativa sobre accidentes cerebrovasculares:

IkeNet → Vínculos Rápidos → Educación → Centro para Desarrollo Profesional →

Materia de Consulta Específica a Departamentos → Referencias a Derrames Cerebrales → Materias de Alta para pacientes que sufrieron accidentes cerebrovasculares