

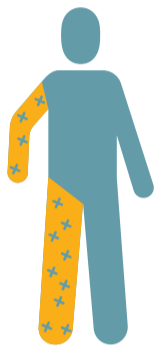
# CÓMO RECONOCER Y ACTUAR ANTE UN ICTUS



Cuando se detiene el flujo sanguíneo a parte del cerebro se produce un accidente cerebrovascular (ACV) o ataque cerebral. Reconocerlo y actuar a tiempo mejora el pronóstico de quien lo padece.

## SÍNTOMAS DE ALARMA

Los síntomas de alarma pueden presentarse de forma NO simultánea



Parálisis de una extremidad o de todo el cuerpo



Pérdida de memoria. Dificultad para hablar o entender el lenguaje



Dolor de cabeza súbito y persistente. Parálisis facial



Dificultad para andar (lateralización)



Pérdida de la conciencia (parcial o total)



Alteración de la visión (en un ojo o ambos)

## ACTÚA

### TRES CLAVES PARA IDENTIFICAR UN ICTUS

- Pedir a la víctima que sonría.
- Pedir que levante los brazos.
- Pedir que responda a una pregunta sencilla.

### SI ALGUNA RESPUESTA NO ES NORMAL

- Solicita ayuda al 112 y sigue sus instrucciones.
- Si estás solo, deja abierta la puerta para que puedan acceder los servicios de emergencia.



## HÁBITOS SALUDABLES PREVENTIVOS



MANTÉN UNA DIETA EQUILIBRADA



HAZ EJERCICIO REGULARMENTE



EVITA EL CONSUMO DE TABACO



EVITA EL CONSUMO DE ALCOHOL

# CUÍDATE C N CORAZÓN