

Sobre el  
**accidente**  
**cerebrovascular**  
y la Asociación Sueca  
de Lucha Contra el  
**Accidente**  
**Cerebrovascular**

Información en español de  
Strokeförbundet



# Strokeförbundet

La Asociación de Lucha Contra los Accidentes Cerebrovasculares de Suecia, Strokeförbundet, es una organización sin fines de lucro e independiente que cubre la totalidad de del país e incluye personas que sufren accidentes cerebrovasculares, sus familias y otras personas.

Los propósitos y objetivos de Strokeförbundet son:

- cuidar los intereses de las personas afectadas por esta lesión y sus familias,
- informar respecto de las consecuencias de verse afectado por un accidente cerebrovascular y de los posibles resultados de esta lesión,
- hacer campaña para un mejor tratamiento y atención mediante la promoción de una mejor educación para el personal sanitario,
- mejorar la seguridad social,
- mejorar el tratamiento de seguimiento de la atención médica primaria después de dejar el hospital,
- ayudar a establecer más organizaciones locales de lucha contra el ACV,
- promover la toma de conciencia y comprensión del accidente cerebrovascular por parte de nuestros políticos y de la sociedad en general.

## El fondo para ACV

Strokeförbundet también está a cargo de Strokefonden.

Strokefonden es un fondo para “apoyar la investigación del accidente cerebrovascular y difundir información acerca de esta lesión”. Cada año, el fondo proporciona becas para la investigación del ACV.

**¡Done al fondo de lucha contra el ACV!**

Swish: 900 53 07

bg. 900 - 5307 teléfono: 0200 88 31 31

**[www.strokefonden.se](http://www.strokefonden.se)**

## ¿Qué es un accidente cerebrovascular (ACV)?

Un accidente cerebrovascular es una lesión vascular aguda del cerebro que se produce cuando un vaso sanguíneo que transporta oxígeno y nutrientes al cerebro es bloqueado por un coágulo o se rompe. Cuando esto ocurre, parte del cerebro no puede obtener la sangre (y oxígeno) que necesita, por lo cual comienza a morir.

El accidente cerebrovascular isquémico es causado por coágulos que bloquean un vaso sanguíneo. Este es el accidente cerebrovascular más común, y representa el 85 % de todas las lesiones de este tipo.

El accidente cerebrovascular hemorrágico es causado por una hemorragia en el tejido cerebral o por la ruptura de un vaso sanguíneo (aneurisma) y representa el 15% de los accidentes cerebrales.

El ataque isquémico transitorio (AIT) es un factor de riesgo mayor de tener un accidente cerebrovascular isquémico. Esto significa que una persona que ha sufrido un AIT debe ver al médico de inmediato.

¿Sabía usted que cada 20 minutos alguien se ve afectado por un accidente cerebrovascular? Son unas 25.000 personas por año. Y el 20 % de esas personas son menores de 65 años. Los accidentes cerebrovasculares afectan tanto a hombres como a mujeres. Aproximadamente 80 millones de personas en el mundo viven con las consecuencias de esta lesión. Por ello, podemos decir con seguridad que se trata de un problema de salud mundial.

Un accidente cerebrovascular es tan grave a nivel psicológico y físico que para comprenderlo en su totalidad uno debe haber atravesado esa experiencia. Sin embargo, no solo el sobreviviente puede necesitar ayuda. Cuando se ha sufrido un accidente cerebrovascular, toda la familia se ve afectada en muchas formas diferentes. Puede ser de gran ayuda buscar el apoyo de la familia ampliada, amigos, la atención sanitaria y su organización local de lucha contra el ACV.

# Síntomas del ACV

En la mayoría de los casos los síntomas aparecen de manera súbita, pero pueden aparecer en forma gradual durante un período de varias horas.

- Entumecimiento o debilidad del rostro, brazo o pierna, en especial de un lado del cuerpo.
- Confusión, problemas para hablar o comprender
- Problemas para ver con uno o ambos ojos
- Problemas para caminar, mareos
- Dolores de cabeza agudos sin causa conocida

Si siente alguno de los síntomas enumerados más arriba, puede realizar un autodiagnóstico de ACV. En sueco se denomina AKUT-test.

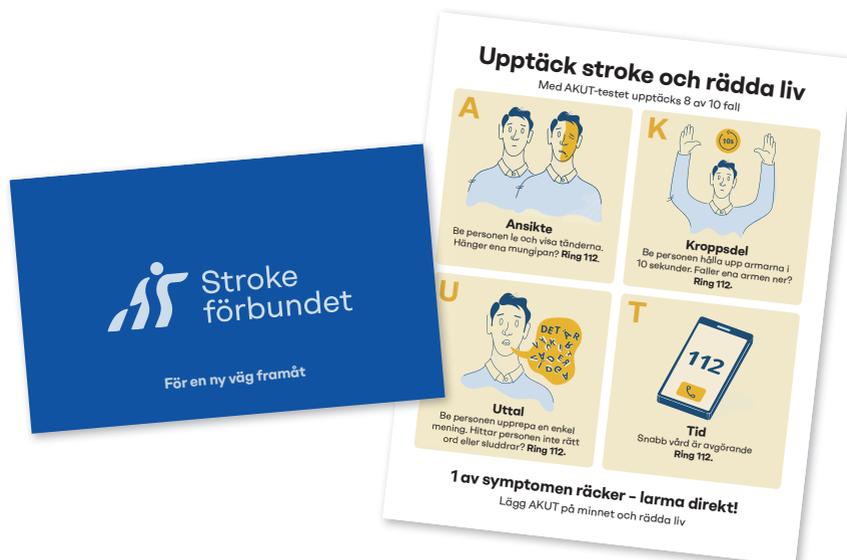
AKUT significa:

**A** (Ansikte - Rostro) Trate de sonreír, ¿un lado de su rostro está caído?

**K** (Kroppsdel - miembros) ¿Puede levantar los dos brazos o uno se desvía hacia abajo?

**U** (Uttal - Pronunciación) ¿Puede repetir una frase simple o arrastra las palabras o suenan extrañas?

**T** (Tid - Tiempo) Si observa alguno de estos síntomas llame al 112 de inmediato.



# Consecuencias posteriores al accidente cerebrovascular

- Las consecuencias posteriores al accidente cerebrovascular varían de acuerdo con la gravedad del daño, así como también con la ubicación exacta de la lesión.
- Las discapacidades posteriores al accidente cerebrovascular pueden ser físicas, cognitivas (intelectuales), psicosociales y emocionales. Algunas pueden ser visibles claramente, otras no.

# Tratamiento

- Hospitalización y tratamiento inmediatos en una unidad de accidentes cerebrovasculares
- Terapia con medicamentos
- Rehabilitación posterior a un ACV

# Prevención

- Tratar la hipertensión
- Dejar de fumar
- Reducir el colesterol
- Controlar la diabetes
- Comer de manera saludable
- Practicar ejercicios con regularidad
- Una dieta rica en frutas y vegetales



# Factores de riesgo

El accidente cardiovascular es provocado a menudo por la edad avanzada. No, nada podemos hacer respecto de la edad, pero hay otras cosas que podemos hacer para reducir el riesgo de ACV:

Presión alta, fumar, enfermedades cardíacas, diabetes y colesterol alto son factores de alto riesgo. Sin embargo un **estilo de vida sedentario**, una **nutrición inapropiada** y **stress** también aumentan el riesgo de ACV. Un estilo de vida saludable es una buena forma de vencer el accidente cerebrovascular.

## Nosotros sabemos:

- Existe tratamiento para las personas que han tenido un ACV
- Cuanto más pronto se inicie el tratamiento, mejor será el pronóstico
- La rehabilitación mediante terapeutas es eficaz y necesaria. El resultado de la rehabilitación depende de usted. Requiere practicar ejercicios de manera continua.

En Strokeförbundet sabemos lo que se necesita, y estamos aquí para ayudarle y para compartir nuestra experiencia con usted.

## Educación en competencias en ACV

Strokeförbundet ha iniciado un programa de educación para estimular el conocimiento y el aprendizaje sobre el ACV, con el objeto de elevar la calidad de la atención médica para los pacientes que sufren accidentes cardiovasculares. Las clases están destinadas a todos los profesionales que trabajan con pacientes de ACV, tales como médicos, enfermeras, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales y terapeutas del habla. El programa de educación en competencias en ACV dura un año.

## Ayuda proveniente de la sociedad

El municipio tiene la responsabilidad de dar apoyo y cuidado a aquellos que lo necesiten, por ejemplo, rehabilitación, atención domiciliaria, alojamiento especial, etc. La Ley de Servicios Sociales (SOL, por su sigla en sueco) y la Ley sobre el Apoyo y Servicios para Personas con Determinadas Incapacidades Funcionales (LSS, por su sigla en sueco) son las dos leyes que garantizan buenas condiciones de vida para personas que la necesitan. Pero hay diferentes criterios para la ayuda a la que tiene derecho, que se indica en las leyes. Para tener más información sobre las leyes y qué ayuda se puede obtener, por favor póngase en contacto con su oficina municipal local.

## ¡Conviértase en socio!

Cuando solicite ser socio de Strokeförbundet, también será socio de manera automática de la organización STROKE local más cercana en su área de Suecia. Las organizaciones locales están ampliamente distribuidas, desde el norte hasta el sur.

Los socios de Strokeförbundet reciben nuestra revista StrokeKontakt cuatro veces al año, así como también copias gratuitas de nuestros diversos folletos publicados (en sueco).

Nuestras organizaciones locales realizan diferentes actividades para nuestros socios, tales como reuniones, eventos sociales, encuentros educativos, clases de rehabilitación, excursiones y otros viajes organizados. Convertirse en un socio activo es también una gran manera de conectarse con otras personas que comparten las mismas experiencias y que podrían darle apoyo y ayuda. Tener una comunidad fuerte significa que las posibilidades de presionar a los políticos y de formar opinión para promover la concientización sobre los accidentes cerebrovasculares son mucho mayores.

Si desea saber más, o ser socio de Strokeförbundet, por favor póngase en contacto con nosotros o con una de nuestras organizaciones locales. Encontrará la información de contacto en la última página.



# Stöd Strokefonden!

[www.strokefonden.se](http://www.strokefonden.se)



# Stroke förbundet

teléfono: 08 - 721 88 20

[info@strokeforbundet.se](mailto:info@strokeforbundet.se)

[www.strokeforbundet.se](http://www.strokeforbundet.se)

Facebook: Strokeförbundet

Instagram: strokeforbundet