



29 de octubre
Día Mundial del ICTUS

29 de octubre. Día Mundial del ICTUS



¿Qué es el ICTUS?

- Es un trastorno brusco de la circulación cerebral que altera la función de una determinada región del cerebro.
- En España es la primera causa de muerte en la mujer y la tercera en el hombre.

29 de octubre. Día Mundial del ICTUS



¿Cómo puedo prevenir el ICTUS?

- Realiza ejercicio moderado.
- Mantén una dieta sana y equilibrada, baja en sal y grasas y rica en frutas, verduras y pescado.
 - Realiza controles periódicos de peso, presión arterial, nivel de colesterol y azúcar.
 - Abandona el tabaco.
- Evita el consumo elevado de alcohol.

29 de octubre. Día Mundial del ICTUS



Atención ante los SÍNTOMAS de ALARMA

- Pérdida brusca de fuerza o de sensibilidad en la mitad del cuerpo.
- Pérdida repentina de visión transitoria o permanente y visión doble.
- Dificultad para hablar o comprender el lenguaje.

29 de octubre. Día Mundial del ICTUS



Atención ante los SÍNTOMAS de ALARMA

- Dolor de cabeza muy intenso, de inicio brusco y distinto del habitual.
- Pérdida de equilibrio o dificultades en la marcha.

29 de octubre. Día Mundial del ICTUS



Si tienes síntomas de alarma...

¡Actúa con rapidez!

¡LLAMA AL 112!

¡El tiempo es importante!