



STROKE PREVENTION

Reúne un equipo

Tu equipo de atención médica puede incluir diversos profesionales, como médicos, enfermeros y fisioterapeutas. También es útil contar con el apoyo de tus familiares y amigos después de sufrir un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo. Pueden ayudar con el cuidado de los niños, a hacer tareas diarias y estar alertas para detectar cualquier cambio en los síntomas físicos o la conducta.

Es fundamental monitorear la salud mental después de un ataque o derrame cerebral. Además de la depresión posparto, una mujer puede enfrentarse a otros problemas de salud mental después de un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo. Habla con tu profesional de la salud sobre la ansiedad, el miedo y la depresión. Existen muchos tratamientos disponibles para mejorar estos problemas.

Pasos para prevenir otro ataque o derrame cerebral

Será fundamental tratar cualquier causa subyacente, como las enfermedades cardíacas o la diabetes, para prevenir un nuevo ataque o derrame cerebral. Es posible que tu equipo de atención médica también quiera que hagas lo siguiente:

- Obtengas más información sobre cómo recuperarte de un ataque o derrame cerebral
- Tomes medicamentos
- Mejores los hábitos de estilo de vida
- Te sometas a una cirugía u otros procedimientos
- Recibas fisioterapia, terapia del habla u otro tipo de rehabilitación



© Copyright 2024 American Heart Association, Inc., una organización sin fines de lucro 501(c)(3). Todos los derechos reservados. Go Red for Women es una marca comercial registrada de la AHA. El diseño del vestido rojo es una marca comercial del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. Se prohíbe el uso no autorizado. WF_492101 3/24



American Heart Association.

American Heart Association.



¿Y ahora qué? La vida tras un diagnóstico de derrame cerebral relacionado con el embarazo



¿Qué es?

Tener un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo afecta muchas partes de tu vida. Será necesario que tomes medidas para recuperarte, mejorar tu salud y prevenir otro ataque o derrame cerebral. Tu equipo de atención médica te recomendará el mejor plan de tratamiento.

Un ataque o derrame cerebral ocurre cuando hay una interrupción repentina del flujo sanguíneo al cerebro.

Se requiere atención médica inmediata, ya que un ataque o derrame cerebral puede causar daño cerebral permanente, discapacidad o la muerte. Un ataque o derrame cerebral es la causa más frecuente de discapacidad grave a largo plazo después del embarazo.

Síntomas que deben monitorearse durante y después del embarazo

Aunque es poco habitual, la frecuencia de ataques o derrames cerebrales relacionados con el embarazo está aumentando. El embarazo puede suponer una mayor exigencia para el corazón y los vasos sanguíneos, y aumentar el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral. Los síntomas de un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo deben tomarse en serio. Estos suelen aparecer repentinamente y podrían confundirse con los síntomas normales del embarazo.

La sigla F.A.S.T es un método útil para detectar los síntomas de un ataque o derrame cerebral y responder rápidamente:

- Face drooping (asimetría en la cara)
- Arm weakness (debilidad en un brazo)
- Speech difficulty (dificultad para hablar)
- Time to call 911 (momento de llamar al 911)

DETECTA UN ATAQUE O DERRAME CEREBRAL CON EL MÉTODO F.A.S.T



FACE

Drooping



ARM

Weakness



SPEECH

Difficulty



TIME

to Call 911

También debes estar alerta a estos cambios repentinos

- **ENTUMECIMIENTO** o debilidad de la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo
- **CONFUSIÓN**, problemas para hablar o comprender el habla
- **PROBLEMAS DE VISIÓN** en uno o ambos ojos
- **PROBLEMAS PARA CAMINAR**, mareos, pérdida del equilibrio o de la coordinación
- **DOLOR DE CABEZA INTENSO** sin causa conocida

Recuperación

Existen muchos factores que determinarán cuánto tiempo te llevará recuperarte de un ataque o derrame cerebral. Es importante trabajar con un equipo de atención médica para determinar el plan de recuperación. El tratamiento dependerá de la gravedad del ataque o derrame cerebral y la rapidez con la que recibiste atención médica.

Se pueden recetar medicamentos para tratar el coágulo y prevenir un ataque o derrame cerebral en el futuro. Tu profesional de la salud determinará si necesitas cirugía u otros procedimientos. También podría recomendarte la fisioterapia, la terapia del habla u otro tipo de rehabilitación.