

La UPRL informa

Identificar un posible Ictus, tarea de todos.



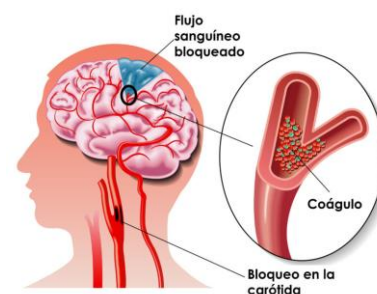
29
O
C
T
U
B
R
E

https://www.google.com/search?q=dia+mundial+del+ictus&rlz=1C1AZAA_enES742ES742&tbn=isch&source=iu&ictx=1&fir=-JMoVqnmUZkpuM%253A%252CS6eBbxUGdWGrrM%252C_&vet=1&usq=A14_kSiGhPIna-mPICEb7S8oLrtyBT6Jw&sa=X&ved=2ahUKEwiikozho8_IAhWLxoUKHTSYAdYQ9QEwEXoECAgQFw#imgsrc=JMoVqnmUZkpuM:&vet=1

Desde la **Unidad de Prevención de Riesgos Laborales (UPRL)** junto a **MAS Prevención (SPMAS)** y coincidiendo con el reciente **Día Mundial del Ictus**, vamos a enumerar algunas datos que nos sensibilice ante esta enfermedad que se puede prevenir, diagnosticar precozmente y sin demora, tratarla en nuestro sistema público de salud.

Qué es un Ictus

El **ictus** es una enfermedad cerebrovascular que afecta a los vasos sanguíneos que suministran sangre al cerebro. También se le conoce como **accidente cerebrovascular (ACV), ataque cerebral, embolia o trombosis cerebral**. Un **ictus** ocurre cuando un vaso sanguíneo que lleva sangre al cerebro se rompe o es taponado por un coágulo u otra partícula. Debido a que la sangre no llega al cerebro en la cantidad necesaria, las células nerviosas no reciben oxígeno y dejan de funcionar. (1)



<https://rithmi.com/que-es-un-ictus/#lightbox/gallery16831/0>

Incidencia del Ictus

El ictus (enfermedad cerebrovascular aguda) es uno de los problemas sanitarios de mayor importancia a nivel de Salud Pública Mundial. Representa la 2ª causa de muerte en el mundo occidental (Global Health Observatory (GHO), de la World Health Organization (WHO) en 2015), y la primera de discapacidad permanente en la edad adulta. Se calcula que en 2015 murieron por una ECV 6,7 millones de personas, que representan un 11,9% de todas las muertes registradas en el mundo. (2)

-1-

La UPRL informa

Según datos **Del Grupo de Estudios de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española De Neurología (GEECV-SEM)**, en Europa mueren 650.000 personas de esta enfermedad, de los cuales alrededor de 40.000 en España, siendo la incidencia de personas que sufren ictus en España de 120.000. (3)



https://www.google.com/search?q=dia+mundial+del+ictus&rlz=1C1AZAA_enE5742E5742&tbn=isch&source=iu&ictx=1&fir=-JMvQnmUZkpuM%253A%252CS6eBxUGdWGrrM%252C_&vet=1&usq=A14_kSiGhPina-mPICeb7S8oLrtyBT6Jw&sa=X&ved=2ahUKEwikozho8_IAhWLxoUKHTSYAdYQ9QEwEXoECAgQFw#imgsrc=aNgd4QTYWl0oaM:&vet=1

Incidencia del ictus en Aragón

Según los datos obtenidos de casos ingresados en hospitales, **durante el año 2018 se registraron 2.534 ictus, 1.335 en hombres y 1.119 en mujeres**, no obstante, fue mayor la mortalidad en el género femenino. Además, en esta cifra cabe recalcar el porcentaje de pacientes que fallecen antes de llegar al hospital, alrededor del 5% en infartos cerebrales y un 15% en ictus hemorrágicos. En 2018 en Aragón fallecieron por ictus isquémico 122 mujeres y 90 hombres, una cifra que se iguala cuando se habla de hemorragia cerebral, 66 fallecimientos en mujeres y 65 hombres.

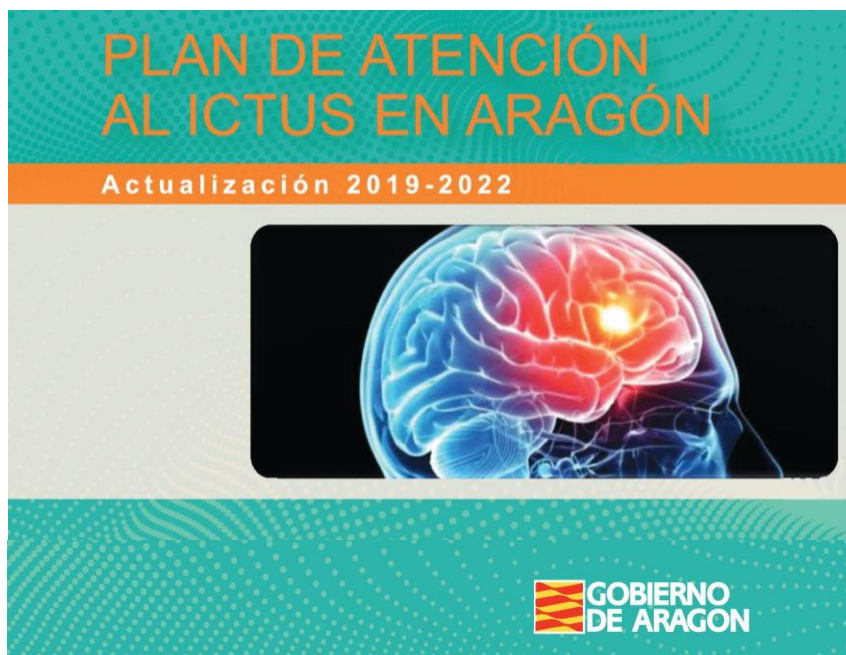
El ictus es la principal causa de muerte de las mujeres por delante del infarto de miocardio o el cáncer de mama en Aragón. (3)

Repercusión de esta enfermedad cerebro-vascular

Su repercusión en el seno de las familias, en el campo profesional, laboral y en el terreno de lo social es enorme, determinando un gasto económico muy elevado para todos los servicios sanitarios y sociales. En las dos últimas décadas se han producido cambios y avances importantes tanto en la prevención como en el tratamiento agudo. En paralelo, se han puesto en marcha importantes cambios organizativos en la atención a los pacientes con ictus que han supuesto un importante descenso de la mortalidad y las secuelas producidas por un ictus, como es el caso de nuestra Comunidad Autónoma de Aragón que cuenta con un Plan de Atención al ictus desde el año 2009 con actualización del 2019 al 2022 y que durante la última década, la mortalidad por este motivo ha bajado un 38%, consiguiendo descender hasta un 3% anualmente en esta comunidad autónoma.

-2-

La UPRL informa



(2) https://www.aragon.es/documents/20127/674325/Programa_Ictus_actualizacion2019.pdf/f164a068-544a-0248-af0d-ca2a2f7c5624

Principales pautas de prevención del ictus

- Mantener una dieta equilibrada.
- Practicar ejercicio con regularidad.
- Evitar el tabaco, las drogas y reducir el consumo de alcohol.
- Evitar la obesidad.
- Mantener controles periódicos de la tensión arterial y del colesterol.

Resumiendo, **“ejercicio físico y una alimentación saludable”**, son claves para la prevención del ictus.” (4) (7)

Identificar un posible ictus, tarea de todos

Dado que en la mayoría de los casos los síntomas del ictus se desarrollan muy rápido, causando una lesión cerebral en pocos minutos y la enfermedad se va incrementando con el paso de las horas, **nuestro objetivo debe ser identificar el posible ictus lo más rápido posible.**

Dependiendo del lado del cerebro que quede afectada, se producirán diferentes síntomas:

- Hormigueo o debilidad muscular en la cara, brazo o una pierna especialmente un lado del cuerpo.
- Dificultad para hablar, leer o entender a los que hablan.
- Pérdida brusca de la visión en uno de los ojos, como si viendo la televisión, la mitad se apagara.
- Dolor de cabeza intenso, como una pedrada en la cabeza.
- Pérdida de equilibrio y de coordinación
- Alteración de la conciencia, a veces con náuseas, vómitos y vértigo.

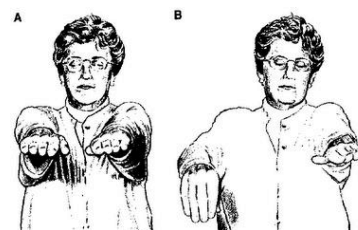
-3-

La UPRL informa

Adjuntamos unas imágenes y videos que nos pueden ayudar a identificar algunos de los síntomas más frecuentes.



La cara está asimétrica al sonreír (se le tuerce la boca)



Pierde fuerza en un brazo (al levantar ambos con los ojos cerrados, uno de ellos cae)

...?!#!#..ZZRr??

El paciente habla raro (Farfulla, no encuentra las palabras o dice palabras incoherentes)

https://www.google.com/search?q=dia+mundial+del+ictus&rlz=1C1AZAA_enES742ES742&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=-JMovqnmUZkpuM%253A%252CS6eBbxUGdWGrrM%252C_&vet=1&usq=AI4_-kSiGhPina-mPICEb7S8oLrtyBT6Jw&sa=X&ved=2ahUKewiiozho8_IahWLxoUKHTSYAdYQ9QEwEXoECAgQFw#imgrc=Q5e87hQkg0tpFM:&vet=1



(5) <https://www.heraldo.es/multimedia/videos/aragon/como-reconocer-los-sintomas-de-un-ictus-1549448215/>

(6) <https://www.heraldo.es/multimedia/videos/salud/29-de-octubre-dia-mundial-del-ictus/>

La UPRL informa

Por qué identificar el ictus con urgencia.

Es muy importante actuar rápido y activar lo que se llama un **Código ictus** donde la asistencia médica debe ser urgente. Cada minuto es crucial para que la persona afectada sufra los menores daños posibles y por ello identificando los síntomas estamos planteando una estrategia para salvar vidas, y la gravedad de las secuelas propias de la enfermedad.

Por ello insistimos la importancia de detectar a la persona que está sufriendo un ictus, con unas comprobaciones básicas, como es la conocida **Escala de Cincinnati** que consiste en estas preguntas:

1. ¿Eres capaz de sonreír?

Se trata de hacer que la persona sonría y comprobar que los dos lados de la cara reaccionan de forma simétrica y no se aprecie que uno de los lados presenta deficiencia al moverse.

2. Levanta los brazos

Se pide a la persona que levante los brazos durante unos segundos. Lo más normal es que uno de los brazos no se mueva o que caiga de forma considerable respecto al otro.

3. ¿Puedes hablar?

Cuando la persona afectada por un ictus intenta hablar, lo hará arrastrando las palabras, sin sentido o directamente no será capaz de hacerlo.

La **Escala de Cincinnati** valora estos tres signos de sospecha y es un sistema muy fiable, pues aunque sólo uno de ellos sea positivo, existe un 72% de posibilidades de que esa persona esté sufriendo un **ictus**. Si los tres parámetros son positivos esta probabilidad se eleva al 82%.

Ante la sospecha de esta enfermedad, la medida urgente **será llamar al teléfono 112 o al 061**, informando de esos síntomas, y será el personal sanitario del teléfono 061 quien valorará si procede un traslado urgente a un hospital de referencia para el diagnóstico y el tratamiento específico.

La posibilidad de sufrir esta enfermedad es más frecuente en **personas a partir de 55 años y el riesgo aumenta con la edad**, y esto debe hacernos sospechar que podemos estar ante un evento cerebrovascular en personas de edad.

Por último debemos conocer que otra causa importante de ictus es la **fibrilación auricular**, que es un tipo de arritmia frecuente y junto al riesgo de sufrir episodio cardíaco es responsable en algunos casos de **ictus**. Por esta razón, la monitorización y control de personas en riesgo de padecer esta enfermedad es muy importante para la prevención y poder anticiparse a ella.

-5-

La UPRL informa

Tratamiento de urgencia del ictus.

El **ictus** no avisa y dado que aparece súbitamente, de golpe, y actúa en ocasiones con una velocidad vertiginosa, tenemos que saber que la sangre deja de irrigar el cerebro e innumerables neuronas mueren cada segundo. Por ello actuar inmediatamente es fundamental, y llamar al teléfono 112 o al 061 para contar lo que está pasando. Hasta que nos llegue la asistencia médica recomendaremos adoptar una postura segura, en la que no se pierda el equilibrio.

Aragón ha dado un paso muy importante en el abordaje del ictus y, tras constatarlo con evidencia científica, el tiempo para realizar un catéter (trombectomía) al paciente se ha ampliado de 6 a 16 horas. Esta es una de las grandes novedades que presenta el nuevo programa del Salud de atención a la enfermedad con estas terapias de reperfusión, reflejadas en la implantación de este tratamiento incorporado en 2016 en la Cartera de servicios de Aragón, un protocolo de emergencia que se activa, desde cualquier punto sanitario de la comunidad, cuando se sospechan los síntomas. También el teleictus, implantado en urgencias, ha facilitado el acceso a un neurólogo 24 horas. (2) (7)

El segundo tratamiento más utilizado, después del cateterismo (trombectomía), es la fibrinólisis. Se trata de un medicamento que, aplicado vía intravenosa en las primeras cuatro horas y media después del ictus, logra romper el coagulo y disolverlo. En este sentido, en el 2018 se trataron 379 pacientes con esta medida frente a los apenas 175 del 2015.

Por todo ello, **“identificar un posible ictus, es una tarea de todos”**

Webgrafía de consulta

- (1) <https://rithmi.com/que-es-un-ictus/>
- (2) https://www.aragon.es/documents/20127/674325/Programa_ictus_actualizacion2019.pdf/f164a068-544a-0248-af0d-ca2a2f7c5624
- (3) https://www.elperiodicodearagon.com/noticias/aragon/ictus-es-principal-causa-muerte-mujeres-aragon_1392776.html
- (4) https://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2019/10/16/como-se-si-estoy-teniendo-ictus?utm_source=cerpie&utm_medium=email&utm_campaign=flash_20_10_2019
- (5) <https://www.heraldo.es/multimedia/videos/aragon/como-reconocer-los-sintomas-de-un-ictus-1549448215/>
- (6) <https://www.heraldo.es/multimedia/videos/salud/29-de-octubre-dia-mundial-del-ictus/>
- (7) https://www.elperiodicodearagon.com/noticias/aragon/aragon-amplia-16-horas-tiempo-abordar-ictus_1340359.html
- (8) https://cadenaser.com/emisora/2019/10/28/radio_zaragoza/1572266968_176971.html