

Durante un derrame ¡actúe rápidamente!



Equilibrio

¿Tiene la persona una pérdida repentina del equilibrio?



Ojos

¿La persona ha perdido la visión en uno o ambos ojos?



Cara

¿El rostro de la persona se ve dispareja?



Brazos

¿Tiene un brazo colgando?



Habla

¿Tiene dificultad para hablar?



Tiempo

¡Sea rápido!
Llame al 911 para obtener ayuda inmediata.



Es posible que tenga un mayor riesgo de sufrir un derrame cerebral si tiene alguna de las siguientes condiciones:

- Tiene presión arterial alta
- Tiene una enfermedad del corazón
- Fuma cigarrillos
- Tiene diabetes

Pautas Preventivas

- Conozca su presión arterial. Si es alta, trabaje con su médico para reducirlo.
- Si fuma, ¡DETÉNGASE!
- Si bebe alcohol, límitese a una bebida por día.
- Conozca su nivel de colesterol. Si es alto, trabaje con su médico para reducirlo.
- Si es diabético, siga cuidadosamente los consejos de su médico para controlar su nivel de azúcar en sangre.
- Lleve consigo una lista de sus medicamentos.
- Incluya ejercicio en su rutina diaria.
- Disfrute de una dieta baja en sodio (sal) y grasas.
- Pregúntele a su médico si tiene problemas de circulación (flujo sanguíneo) que aumentan su riesgo de accidente cerebrovascular. Si es así, trabaje con su médico para controlarlos.
- Los minutos cuentan: ¡NO SE ESPERE HORAS!
- Si tiene síntomas de un derrame cerebral o los ve en otra persona, **llame al 911**.

Síntomas de Accidentes Repentino

- Entumecimiento o debilidad de la cara, brazo o pierna, especialmente en un lado del cuerpo.
- Confusión, dificultad para hablar o comprender.
- Dificultad para ver con uno o ambos ojos.
- Dificultad para caminar, mareos, pérdida de equilibrio o coordinación.
- Dolor de cabeza severo sin causa conocida.

Otros síntomas importantes incluyen:

- Náuseas y vómitos: diferente de una enfermedad viral debido a la rapidez con la que comienza (minutos u horas frente a varios días)
- Pérdida breve del conocimiento o un período de disminución del conocimiento (desmayos, confusión, convulsiones o coma).



Si tiene alguno de estos síntomas, el tratamiento puede ser más eficaz si se administra rápidamente.

¡Deténgase, siéntese y llame al 911!



(915) 838-3200 | BorderRAC.org

En caso de una emergencia,

Llame al 911 desde donde este y no conduzca a casa.