

«Día mundial del ictus»

## «1 in 6» (uno de cada seis)

■ En España se registran cada año 130.000 infartos cerebrales que causan 80.000 muertes



**Valentín Mateos**  
Coordinador del servicio  
de neurología del Centro  
Médico de Asturias

Por segundo año consecutivo, este es el eslogan elegido por la World Stroke Campaign para celebrar –el 29 de octubre– el «World Stroke Day», esto es, el «Día mundial del ictus» 2012. El significado del lema es doble. Por una parte, sirve para resaltar que 1 de cada 6 personas en el mundo sufrirá un ictus a lo largo de su vida. Por otra, que cada 6 segundos una persona morirá a consecuencia de un ictus en alguna parte del mundo. A los efectos de concienciar más directamente a quien tenga noticias de esta campaña, el Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española de Neurología (SEN) ha añadido un segundo epígrafe, «seguramente alguien a quien conoces», continuando así la línea argumental puesta en marcha en 2011 con el más directo de «podrías ser tú».

También en clave nacional, los datos de la SEN señalan que son unos 120.000-130.000 los españoles que cada año sufren un ictus y que de ellos unos 80.000 fallecerán directamente por esta circunstancia (no en vano el ictus es la segunda causa de muerte en nuestro medio, la primera en el caso de la mujer) o sufrirán una discapacidad, con frecuencia grave.

Es por ello de vital importancia transmitir a la sociedad en general cuáles son los síntomas de alarma de ictus y qué debe hacerse ante esta eventualidad, en tanto está bien demostrado que si un paciente con ictus agudo es atendido por el neurólogo en las primeras horas la probabilidad de fallecer o quedar con secuelas graves se reduce a la mitad. La generalización de los sistemas de alerta ante la sospecha de un ictus («código ictus») y la puesta en marcha en algunos de nuestros hospitales de «unidades de ictus» en las que atender de forma protocolizada a estos pacientes han sido las claves para conseguir esos objetivos.

¿Y cuáles son, se preguntarán, esos síntomas a reconocer como indicativos de un posible ictus? Pues si seguimos jugando con el número 6 que centra esta campaña, cualquiera de los 6 siguientes: 1) Pérdida de fuerza repentina de la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo. 2) Trastorno repentino de la sensibilidad, con sensación de «acorchamiento u hormigueo», de la cara, brazo y/o pierna de un lado del cuerpo. 3) Pérdida brusca de la visión, sea parcial o total, en uno o ambos ojos. 4) Alteración repentina del lenguaje, con dificultad para expresarse o para comprender a otros. 5) Dolor de

*La necesidad de solicitar asistencia médica urgente debe mantenerse aunque los síntomas hayan sido transitorios, por cuanto muchas veces representan el primer aviso de un posterior infarto cerebral más extenso y permanente*

*Es aconsejable realizar ejercicio físico moderado, una dieta sana y equilibrada, mantener una presión arterial controlada, en general por debajo de 135 de máxima y de 85 de mínima y abandonar el hábito tabáquico*

cabeza súbito de intensidad inhabitual y sin causa aparente. 6) Sensación de vértigo o desequilibrio intenso, si se acompaña de cualquiera de los síntomas antes referidos.

Es también importante resaltar que la necesidad de solicitar asistencia médica urgente debe mantenerse aunque los síntomas hayan sido transitorios, por cuanto muchas veces representan el primer aviso de un posterior infarto cerebral más extenso y permanente.

A la par que reconocer los «síntomas de alarma» del ictus agudo, también es obligado mejorar el grado de conocimiento de la población sobre los factores o circunstancias que facilitan o favorecen la aparición de estos problemas, esto es, los «factores de riesgo», cuya evitación o control posibilitarán una menor probabilidad de sufrir un ictus. Al respecto los consejos prácticos pasan por: 1) Realizar ejercicio físico moderado, a la par que una dieta sana y equilibrada, baja en sal y grasas. 2) Llevar a cabo controles periódicos de peso, colesterol y azúcar. 3) Mantener una presión arterial controlada, en general por debajo de 135 de máxima y de 85 de mínima. 4) Abandonar, en su caso, el hábito tabáquico. 5) Si se tiene alguna arritmia cardíaca, en particular la fibrilación auricular, seguir los consejos y tratamientos recomendados por el cardiólogo. 6) Caso de haber sufrido ya algún ictus en el pasado, seguir el tratamiento preventivo indicado por el neurólogo que, en muchos casos, tendrá que mantenerse «de por vida».