

# ...>> News Release

**Para circulación inmediata: 12 de mayo de 2005**

(05-055)

Contactos: Miriam Patanian, Enfermedades del Corazón y Prevención de Apoplejía 360-701-7818

Donn Moyer, Oficina de Comunicaciones 360-236-4076

## **Tres cosas sencillas que le pueden ayudar para determinar si alguien está sufriendo un ataque cerebral**

*Campaña de concientización sobre el ataque cerebral enfoca en los afroamericanos*

OLIMPIA — ¿Sabría usted cuando su amigo, ser querido o aún una persona extraña está sufriendo un ataque cerebral? Se estima que la ventana de oportunidad para tratar eficazmente a los efectos de un ataque cerebral y para disminuir o limitar el daño cerebral es solamente tres horas después de la aparición de los primeros síntomas.

El Departamento de Salud, conjuntamente con la Asociación Nacional de la Apoplejía, está organizando al partir del mes de mayo una campaña de concientización para ayudar a las personas a reconocer si alguien podría estar sufriendo un ataque cerebral. Porque los afroamericanos tienen un índice más alto de discapacidad y muerte debido al ataque cerebral, la campaña de información enfocará en varias comunidades afroamericanas que viven en la vecindad de Puget Sound. La campaña destaca los Signos de un Ataque (Signs of Stroke – S.O.S. en inglés) simplificados en forma de tres preguntas, fáciles de recordar y preguntar.

1. Sonríe (mire por debilidad facial, particularmente de un lado)
2. Levante los brazos (fíjese si ambos brazos permanecen a la misma altura)
3. Pida que la persona le diga una frase sencilla (escuche por una voz borrosa)

Si la persona no puede hacer ni una de esas cosas, dicha persona puede ser que esté teniendo un ataque cerebral. Llame al 9-1-1 inmediatamente - cada minuto puede hacer una diferencia. El ataque cerebral es la causa principal de muerte y discapacidad seria de largo plazo.

“El aprender a reconocer si alguien está teniendo un ataque cerebral puede ser naturaleza secundaria de uno” dijo la Oficial de Salubridad Estatal, la Dra. Maxine Hayes. “Si pudiéramos depender el uno del otro para identificar más rápidamente un ataque cerebral, así podríamos llegar a ayudar a las personas a recobrar y salvar vidas”

Aunque la mayoría de las personas que sufren un ataque cerebral están en sus 60s, 70s, 80s, o más viejos pero aún así un ataque cerebral puede ocurrir en cualquier edad. Un tratamiento puede reducir el riesgo de daño del tipo más común del ataque cerebral, pero si solamente la ayuda arriba dentro de las tres primeras horas de la aparición de los primeros síntomas. La campaña de concientización alienta a las personas a hacer las preguntas. Llame al 9-1-1.

## ¿Qué es un ataque cerebral?

El ataque cerebral afecta las arterias que distribuyen oxígeno y otros nutrientes al cerebro. La persona afectada por un ataque cerebral puede llegar a tener dificultad para hablar, perder la habilidad de levantar los brazos, tener dificultad de ver en uno o ambos ojos, sufrir entumecimiento o debilidad en la cara, brazo o piernas, y puede perder conocimiento repentinamente. El actuar y la atención médica inmediata pueden aminorar el daño permanente del cerebro y potencialmente salvar la vida.

La buena noticia es que el ataque cerebral es prevenible en gran parte. Aquellos que tienen más alto riesgo de un ataque cerebral son las personas que tienen presión alta, diabetes, enfermedad del corazón, alto nivel de colesterol, fumador de tabaco y la obesidad. Otros factores de riesgo son la falta de actividad, uso excesivo del alcohol y el uso de drogas no recetadas.

La campaña de concientización sobre el ataque cerebral del mes de mayo, lo cual es el “Mes Nacional de Concientización Sobre El Ataque Cerebral” incluye propagandas en radios y periódicos, información y alcance a iglesias afroamericana y centros comunitarios en la parte oeste del estado de Washington, y correos a domicilios. Las iglesias participantes forman parte del programa patrocinado por la Asociación Estadounidense del Corazón llamado “Busque su corazón”. Este programa promueve una vida saludable entre los miembros de las iglesias.

Para más información, llame al Departamento de Salud Estatal al 1-888-438-2247, o vea la página de [Heart Disease and Stroke Prevention Web page](http://www.doh.wa.gov/cfh/heart_stroke/default.htm) ([http://www.doh.wa.gov/cfh/heart\\_stroke/default.htm](http://www.doh.wa.gov/cfh/heart_stroke/default.htm)).