

No te arriesgues

Los siguientes factores nos ponen en mayor riesgo de tener un STROKE...

- Alta presión arterial
- Diabetes
- Colesterol alto
- Sobrepeso y obesidad
- Fumar
- Historia familiar de STROKE
- Otras enfermedades del corazón
- Ataque cerebral de advertencia (síntomas de un STROKE que aparecen y luego desaparecen)

Sabías que...

- La presión alta...
 - es la principal causa de STROKE
 - afecta a 1 de cada 4 latinos mayor de 20 años
- Los latinos tienen niveles más altos de diabetes
- Fumar aumenta 3 veces el riesgo de tener un STROKE

¡Cuidate!

Evita daños serios con cuidado y prevención:

- Come saludable y en moderación
- Haz ejercicio
- Mantén un peso saludable
- Házte chequeos médicos regulares
- Toma los medicamentos que te recete tu médico



Brochure Spanish 2006

¿Será que es un STROKE?

(ATAQUE CEREBRAL)



Aprende a reconocer los síntomas

¿Qué es el STROKE y qué tiene que ver conmigo?

Seguramente has oído hablar del derrame cerebral, la embolia o la apoplejía. Todas son palabras para describir lo mismo—un ataque cerebral, o como se le conoce en inglés, un STROKE.

El STROKE nos afecta de cerca; es la cuarta causa de muerte entre los latinos en los Estados Unidos y afecta a hombres, mujeres, jóvenes y mayores. Pero si te informas, puedes ayudar a prevenir o limitar los efectos del STROKE.

El STROKE requiere cuidado urgente

Cuando un STROKE no se trata a tiempo, puede resultar en:

- Parálisis
- Pérdida de memoria
- Problemas al hablar
- Problemas de visión
- Debilidad y dificultad para caminar

¡Evita estos daños! Ante cualquier síntoma, llama enseguida al 9-1-1 para cuidado inmediato.



Otros síntomas del STROKE

- Debilidad repentina en un lado del cuerpo
- Confusión repentina, problemas para hablar o entender
- Pérdida repentina de la vista
- Problemas al caminar o pérdida repentina del equilibrio
- Dolor de cabeza intenso y repentino

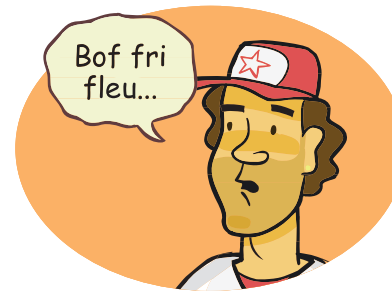
Para más información, llama al 1-800-487-1119
o envía un e-mail a heart.stroke@state.ma.us

¿Cómo puedo reconocer un STROKE?

EL HABLA

¿Dice cosas extrañas cuando habla?

Pídele que repita una frase.



UN BRAZO

¿No puede mantener un brazo en alto?

Pídele que levante ambos brazos.



LA CARA

¿Tiene media cara caída?

Pídele que sonría.



**Si respondes SÍ aunque sea a una de estas preguntas, ¡es HORA de actuar!
¡Llama al 9-1-1 y dí "STROKE"!**