

# **Dia Mundial de Prevenção ao AVC: veja os sinais de alerta para o Acidente Vascular Cerebral**

**Novas técnicas oferecem esperança a pacientes em tratamento de AVC (Foto: Freepik)**

Data é celebrada nesta terça, 29 de outubro, e objetiva divulgar socorro rápido; a doença é a segunda maior causa de mortalidade no Brasil.

No Dia Mundial de Prevenção ao Acidente Vascular Cerebral (AVC ou derrame), nesta terça-feira (29/10), um alerta: essa é a segunda maior causa de mortalidade no Brasil e o principal agente de incapacidade no mundo. E, com o risco global de AVC ou derrame ao longo da vida de 1 em 4 pessoas, a ampla conscientização do público sobre os sintomas é fundamental para o esforço de salvar 5,5 milhões de vidas e melhorar os resultados para os 9 milhões de pessoas que sobrevivem ao derrame a cada ano.

O Pará é campeão de internações por AVC, com mais de 60% dos casos registrados na região Norte. De acordo a Secretaria de Saúde do Pará, foram registradas mais de 3 mil internações por AVC em 2023.

O neurologista Antônio de Matos, de Belém, explica que existem dois tipos de AVC: o isquêmico, que ocorre quando há o entupimento de vasos sanguíneos em alguma área do cérebro; e o hemorrágico, quando um vaso intracraniano rompe.

## **Sinais de alerta**

Os sinais de alerta mais comuns são fraqueza ou formigamento

na face, no braço ou na perna, especialmente em um lado do corpo; confusão mental, alteração da fala ou da compreensão; alteração na visão, no equilíbrio, na coordenação, no andar; tontura e dor de cabeça súbita, intensa, sem causa aparente.

“O principal fator de risco para a ocorrência do AVC é a hipertensão arterial. Em seguida, vem arritmia cardíaca, diabetes, tabagismo, colesterol alto e obesidade. Outros fatores estão relacionados à idade, raça e herança genética”, afirmou o médico. Existem algumas ações que ajudam a despistar se está na presença de um AVC: peça à pessoa para sorrir. Se notar assimetria da face – ou seja, se o sorriso for só de um lado -, pode ser sinal de que o outro lado da cara está paralisado; Peça para levantar os braços. Se tiver sofrido um AVC a pessoa poderá só conseguir levantar um dos membros.

A recomendação é falar com a pessoa. Observar se fala com clareza. Pedir a ela para repetir uma frase. Se a pessoa tiver dificuldade em falar ou se as respostas forem incoerentes pode ter tido um AVC. Esse é um dos sinais mais comuns. Caso verifique algum dos sinais acima descritos, registre a hora e ligue imediatamente para a emergência.

O AVC Isquêmico ocorre quando há uma obstrução ou redução brusca do fluxo sanguíneo em uma artéria do cérebro, o que causa a falta de circulação vascular na região. O acidente vascular isquêmico é responsável por 85% dos casos de acidente vascular cerebral. Já o AVC Hemorrágico acontece quando um vaso se rompe espontaneamente e há extravasamento de sangue para o interior do cérebro. Este tipo de AVC está mais ligado a quadros de hipertensão arterial.

Em qualquer dos casos, o cérebro vê-se impedido de receber nutrientes e oxigênio, entrando as suas células em necrose ou morte do tecido cerebral. No caso do AVC isquêmico, existem tratamentos que podem ser eficazes se administrados até quatro horas e meia após o aparecimento dos sintomas. Por outro lado, em caso de AVC hemorrágico, pode ser necessário proceder a uma

intervenção cirúrgica urgente.

Outros sinais e sintomas: Alteração da visão; dificuldade em andar, tonturas ou perda de equilíbrio; dor de cabeça de grande intensidade e sem causa aparente; sensação de náusea e vômitos durante alguns minutos ou horas; breve período de irresponsividade, desmaios, convulsão ou coma.

### **Como diminuir o risco de ter um AVC?**

O neurologista Antônio de Matos afirmou que praticar atividade física pelo menos 4 a 5 vezes por semana, por 30 a 40 minutos cada vez, é essencial. “Pode fazer a atividade física que você mais gostar. O importante é se mexer”, afirmou.

Também é importante fazer visitas periódicas ao clínico geral, para ter certeza de que sua pressão arterial, seu açúcar no sangue e seu colesterol estão em níveis adequados.

Se houver qualquer alteração nesses níveis, não se desespere, explicou. O importante é fazer uso das medicações orientadas pelo seu médico, e fazer visitas periódicas a ele, para ter certeza de que está tudo bem. Pare de fumar e evite o consumo de bebidas alcoólicas em dose excessiva. Evite o estresse, busque sempre o bem-estar mental. Mantenha uma dieta bem balanceada. E se estiver acima do peso, inicie uma dieta para emagrecer.

Fonte: O Liberal e Publicado Por:

<https://www.adeciopiran.com.br> em 29/10/2024/17:16:38

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação blog

<https://www.adeciopiran.com.br> (93) 98117 7649/ e-mail:

mailto:[adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)

<https://www.adeciopiran.com.br>, fone (WhatsApp) para contato

(93)98117- 7649 e-mail: mailto:[adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)