Información General
Sobre el Derrame Cerebral

Después del Derrame Cerebral

Esta hoja informativa ofrece información general sobre lo que ocurre después de un derrame cerebral. Si desea información más detallada, hable con los profesionales de salud que atienden a su ser querido.

Lo que debe saber

El derrame cerebral afecta a cada persona de una manera diferente. Es imposible predecir el nivel de recuperación de su ser querido. Tampoco es posible saber cuánto tiempo necesitará para recuperarse. Los efectos del derrame cerebral varían de una persona a otra. Algunos de los problemas que surgirán podrán ser temporeros y se irán resolviendo con el paso del tiempo. Otros problemas podrán ser permanentes.

Los problemas físicos relacionados con el derrame cerebral pueden ser los siguientes:

- Debilidad o parálisis
- Problemas del equilibrio
- Dificultad para hablar
- Dolor o adormecimiento
- Dificultad para tragar
- Dificultad para controlar la vejiga o los intestines
- Cansancio o fatiga

Los problemas del razonamiento y las emociones relacionados con el derrame cerebral pueden ser los siguientes:

- Pérdida de la memoria o dificultad para pensar o razonar
- Emociones descontroladas
- Depresión y ansiedad

Pregúnteles a los profesionales de salud sobre los siguientes tratamientos

El tratamiento que reciba su ser querido depende del tipo de derrame cerebral que sufrió. Se pueden recomendar medicinas, cirugía, atención médica en el hospital y rehabilitación, entre otros.

Derrame Cerebral Isquémico

El derrame cerebral isquémico ocurre cuando un coágulo obstruye un vaso sanguíneo del cerebro. Esto impide a parte del cerebro recibir el oxígeno que necesita.

Para tratar este trastorno, es necesario restablecer rápidamente el flujo de sangre al cerebro. Para ello, a veces se usa una medicina llamada activador tisular del plasminógeno (t-PA). El t-PA rompe el coágulo de la sangre. Para ser eficaz, debe administrarse al paciente lo antes posible. El mejor momento suele ser en las 4 primeras horas del inicio de los síntomas del derrame cerebral. Por eso, es importante buscar atención médica inmediatamente.

Existen otras medicinas para prevenir un primer derrame cerebral o que ocurra otro. La medicina que se escoja dependerá de los factores de riesgo que presente su ser querido y del tipo de derrame cerebral. Los antiplaquetarios y anticoagulantes se usan para impedir la coagulación de la sangre. Sirven también para evitar que los coágulos ya existentes crezcan. La aspirina es una medicina antiplaquetaria común. También se usan Warfarin u otras medicinas, como el clopidogrel*.

También se puede realizar una endarterectomía carotidea para prevenir un primer derrame cerebral u otro repetido. Esta intervención quirúrgica elimina placa de las arterias carótidas. Sin embargo, no todas las personas pueden someterse a cirugía. En esos casos, existe un procedimiento menos invasivo llamado angioplastia. Ésta consiste en inflar temporalmente un balón muy pequeño dentro de la arteria afectada para que descomponga la placa presente en ella. Una vez hecho eso, se coloca un tubo de malla para ayudar a evitar que la arteria se vuelva a obstruir.

Derrame Cerebral Hemorrágico

El derrame cerebral hemorrágico ocurre cuando se rompe un vaso sanguíneo del cerebro. Esto provoca un derrame de sangre en el interior del cerebro.

El tratamiento dependerá de la zona del cerebro en la que ocurra el escape de sangre. La hipertensión es la causa más común del derrame de sangre en el cerebro. El derrame también puede deberse a un aneurisma, una zona fina y débil de la pared del vaso sanguíneo. Otra afección menos común es la malformación arteriovenosa (MAV), o conjunto anormal de vasos sanguíneos finos.

Existen medicinas para tratar la hipertensión e la hinchazón del cerebro. Si es necesaria una intervención quirúrgica, se puede realizar un clipaje del aneurisma. Éste consiste en colocar una pinza de metal en la base del aneurisma para evitar su rotura o el escape de más sangre. Hay un procedimiento menos invasivo, la embolización endovascular con espirales. Ésta consiste en pasar un catéter, o tubo pequeño, hasta el aneurisma o la MAV. Después se coloca una espiral en el lugar afectado para obstruirlo y prevenir su rotura. A veces, se opta por la eliminación quirúrgica de la MAV si ésta es pequeña.

Atención médica en el hospital

Su ser querido será hospitalizado después de sufrir un derrame cerebral. Los profesionales de salud lo vigilarán por si se presentan complicaciones. Una vez estabilizada su salud, podrá iniciarse la rehabilitación.

Rehabilitación

La rehabilitación tiene por objetivo lograr la mayor mejoría posible. Este proceso incluye varios tipos de terapias, como la física, la ocupacional, la recreativa y la del habla. Los especialistas en rehabilitación le explicarán lo que puede esperar en cada caso. Lo enseñarán a cuidar de su ser querido según sus necesidades. Si desea más información, consulte el folleto informativo sobre la rehabilitación tras un derrame cerebral.

Preparación para la salida (alta) del hospital

La planificación de la alta médica se inicia en las primeras fases de la hospitalización. En este proceso participarán usted, su ser querido y los profesionales de salud que lo atienden.

La planificación del alta consiste en lo siguiente:

- Asegurarse de que su ser querido tenga un lugar seguro donde vivir tras recibir su salida del hospital
- Decidir qué tipos de atención y cuidados necesitará su ser querido y determinar quiénes los prestarán
- Dar los pasos necesarios para obtener servicios de continuidad, como rehabilitación o cuidados en el hogar
- Escoger al médico o al grupo de profesionales de salud que vigilarán el estado de salud y las necesidades médicas de su ser querido

Complicaciones médicas frecuentes tras el derrame cerebral

Las siguientes complicaciones suelen presentarse con el paso del tiempo. En muchos casos, es posible prevenirlas.

- La **depresión** es un trastorno del estado de ánimo que aparece frecuentemente en las personas afectadas por un derrame cerebral. Este trastorno causa emociones negativas y es una respuesta normal ante los cambios que trae el derrame cerebral. Si su ser querido sufre de depresión, pídales ayuda a los profesionales de salud. Si desea más información, consulte la hoja informativa sobre la depresión después de un derrame cerebral.

- Las **úlceras de presión** se desarrollan cuando partes del cuerpo quedan "presionadas" y reciben menos flujo de sangre. Esto puede ocurrir al estar demasiado tiempo acostado o sentado. Las zonas donde estas lesiones se presentan con más frecuencia son las de los huesos. Éstas incluyen los talones, los codos, las caderas y el cóccix, o rabadilla. Si desea saber cómo prevenir las úlceras de presión, consulte la hoja informativa sobre los cuidados personales.

- La **espasticidad muscular** y las **contracturas musculares** se van desarrollando con el paso del tiempo. Los músculos de los brazos o las piernas se acortan y se vuelven tensos o rígidos. La rehabilitación puede ayudar a prevenir contracturas dolorosas y a conservar todo el funcionamiento muscular que sea posible. Si desea más información, consulte la hoja informativa sobre la movilidad.

- La **trombosis venosa profunda** ocurre cuando un coágulo se forma en una vena de la pierna. Esto se debe a una reducción en la movilidad. Si el coágulo se desprende, puede viajar hasta los pulmones, dando lugar a un embolismo pulmonar. Para mejorar la circulación de la sangre, pueden usarse medias elásticas. También existen medicinas para evitar los coágulos.

Prevención de futuros derrames cerebrales

Vigilar la presión sanguínea – La presión alta es el mayor factor de riesgo del derrame cerebral. Asegúrese de que su ser querido se tome con regularidad la presión. La presión alta puede controlarse con medicinas. También puede ser beneficioso cambiar algunos aspectos de la vida, como la dieta y el ejercicio físico.

Comer saludablemente y hacer ejercicio físico con regularidad – Estar sobrepeso aumenta el riesgo de que su ser querido desarrolle problemas de salud. Ayúdelo a que consuma alimentos saludables y beba agua. Anímelo a que haga ejercicio físico con regularidad. El ejercicio es importante para reducir el riesgo de sufrir otro derrame cerebral.

Reducir el consumo de sal – Un exceso de sal puede elevar la presión. Trate de que su ser querido reduzca su consumo de alimentos salados o procesados. No se debe consumir más de 2/3 de cucharadita de sal por día.

Beber alcohol moderadamente – El consumo excesivo de alcohol puede elevar la presión. Esto, a su vez, puede llevar a enfermedades cardíacas o a un derrame cerebral. Si su ser querido toma alcohol, asegúrese de que se limite a una bebida al día. Eso equivale a una cerveza de 12 onzas, a un vaso de vino de 5 onzas o a una copa de licor fuerte de 1.5 onzas.

Dejar de fumar – Si su ser querido fuma, es importante que deje de hacerlo. Dejar este hábito inmediatamente puede reducir el riesgo de que sufra otro derrame cerebral. Si desea más información y consejos útiles sobre cómo dejar de fumar, visite la página del Internet en español de The American Heart Association (Asociación Americana del Corazón) en http://es.aha.drtango.com/presenter.jhtml?identifier=3053186 (la página de Internet en inglés es http://www.americanheart.org).

Tomar las medicinas de la manera indicada – A su ser querido le recetaron medicinas por alguna razón importante. Por lo tanto, es necesario que las tome tal y como se lo indicaron. Hable con los profesionales de salud si tiene alguna duda al respecto. Si su ser querido demuestra efectos secundarios de las medicinas, consulte a los profesionales de salud.

Manejo de estrés y de la depresión – Fíjese bien en lo que le produce estrés a su ser querido. A veces, meditar o rezar ayuda a disminuir el nivel de estrés. Ayude a su ser querido a encontrar alguna actividad que le sirva en su caso particular. Si se siente deprimido, hable con los profesionales de salud. Existen medicinas y terapias que pueden ser de ayuda. Si desea más información, consulte los folletos informativos sobre la depresión, la alimentación sana y el ejercicio físico.

Preguntarles a los profesionales de salud sobre la posibilidad de tomar aspirina – Tomar una dosis diaria de aspirina puede ser beneficioso para algunas personas. La aspirina ayuda a hacer menos densa la sangre y a prevenir coágulos en la sangre. Hable con los profesionales de salud e infórmese de si es recomendable que su ser querido tome aspirina.

Recuerde

- Recuerde que usted no está solo y que hay ayuda disponible. Hable con los profesionales de salud si tiene alguna duda o preocupación. Pídales más información sobre el derrame cerebral.
- Observe las posibles complicaciones que frecuentemente se presentan tras un derrame cerebral, como las úlceras de presión y la depresión.
- Ayude a su ser querido a llevar un estilo de vida saludable para reducir los riesgos de sufrir futuros derrames cerebrales.

Otros Recursos

Los siguientes recursos contienen enlaces de Internet. La ubicación de las páginas de Internet puede cambiar y por lo tanto los enlaces indicados a veces pueden no servir. Para ver la versión más actual de esta lista, visite https://www.stroke.cindrr.research.va.gov/index.asp.

Exención de responsabilidad con respecto a los enlaces: La inclusión de enlaces a información y a sitios web externos al Department of Veterans Affairs (Departamento de Asuntos de los Veteranos o VA, por sus siglas en inglés) no indica la aprobación de los productos o servicios ofrecidos en esos sitios. Además, las políticas de privacidad y seguridad de esos sitios pueden ser inconsistente con las del VA.

American Stroke Association
Web: http://www.strokeassociation.org (en inglés)
Teléfono: 1-888-478-7653

American Stroke Association (Asociación Americana del Derrame Cerebral) ofrece información a los cuidadores de la familia en relación con la vida después del derrame cerebral. También dispone de información sobre grupos de apoyo, recursos, información de apoyo y productos.

Internet Stroke Center
Web: http://www.strokecenter.org (en inglés)
http://www.strokecenter.org/patients/espanol.htm (en español)
Teléfono: 1-314-362-3868

Internet Stroke Center (Centro en Internet para el Derrame Cerebral) cuenta con información detallada sobre el derrame cerebral, desde el diagnóstico hasta el tratamiento y la rehabilitación.

My Health*e*Vet (MHV)
Web: http://www.myhealth.va.gov (en inglés)

Visite la biblioteca de recursos de My HealtheVet (Veterans Health Library) para acceder información sobre el cuidado de un ser querido. Diríjase al cuadro "Bucar en la biblioteca de la salud para veteranos" y escriba el tópico deseado.

Referencias: National Stroke Association. (2008). *Hope: The Stroke Recovery Guide.* Obtenido el 4 de noviembre de 2008 de http://www.stroke.org/site/PageServer?pagename=HOPE; American Stroke Association. (2007). *Let's Talk About Complications after Stroke.* Obtenido el 19 de noviembre de 2008 de http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=3018583; American Stroke Association. (2008). *Life after stroke*. Obtenido el 19 de noviembre de 2008 de http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=3030386; WebMD. (2008). *Stroke Health Center.* Obtenido el 25 de noviembre de 2008 de http://www.webmd.com/stroke/default.htm; National Institutes of Health. (2007). Obtenido el 4 de diciembre de 2008 de http://nihseniorhealth.gov/stroke/toc.html; Mayoclinic.com. (2008). Obtenido el 24 de noviembre de 2008 de http://www.mayoclinic.com/health/stroke/DS00150; U.S. Agency for Healthcare Research and Quality. (1995). *Recovering After a Stroke: A Patient and Family Guide*. Obtenido el 5 de diciembre de 2008 de http://www.strokecenter.org/patients/ras_toc.htm; My HealtheVet. (2008). Obtenido el 4 de diciembre de 2008 de http://www.myhealth.va.gov/.

Estos materiales fueron creados para el proyecto:
Web-Based Informational Materials for Caregivers of Veterans Post-Stroke
(Materiales Informativos Basados en Internet para Cuidadores de Veteranos Afectados por un Derrame Cerebral)

VA | U.S. Department of Veterans Affairs
North Florida / South Georgia Veterans Health System

Número de projecto SDP 06-327 financiado por el VA HSR&D Quality Enhancement Research Initiative (QUERI) (Iniciativa de Investigación para Mejorar la Calidad o QUERI, por sus siglas in inglés)