

Embarazo y ataque o derrame cerebral

Un ataque o derrame cerebral ocurre cuando se bloquea o reduce el flujo sanguíneo a parte del cerebro. Sin suficiente sangre rica en oxígeno, las células cerebrales comienzan a morir.

El ataque o derrame cerebral durante el embarazo o poco después del parto es poco frecuente, pero puede ser potencialmente mortal. El riesgo es más alto durante el tercer trimestre y en las primeras seis semanas después del parto.

Tipos de ataque o derrame cerebral

Hay tres tipos principales de ataque o derrame cerebral:

- ✓ El ataque o derrame cerebral isquémico se produce cuando un coágulo o depósito de grasa (placa) obstruye un vaso sanguíneo que suministra sangre al cerebro.
- ✓ El ataque o derrame cerebral hemorrágico se produce cuando un vaso sanguíneo en el cerebro se rompe y provoca sangrado dentro o alrededor del cerebro.
- ✓ El ataque isquémico transitorio (AIT) a menudo se denomina "ataque o derrame cerebral de advertencia" y causa un bloqueo temporal del flujo sanguíneo al cerebro.

Durante el embarazo y el período posparto, los accidentes cerebrovasculares hemorrágicos son el tipo más frecuente de ataque o derrame cerebral.

¿Qué tan frecuentes son los ataques o derrames cerebrales durante el embarazo o el período posparto?

Un ataque o derrame cerebral ocurre en alrededor de
20 a 40
de cada **100,000**
embarazos.



Se estima que los ataques o derrames cerebrales representan alrededor del
4% al 6% de las muertes relacionadas con el embarazo al año en los Estados Unidos.



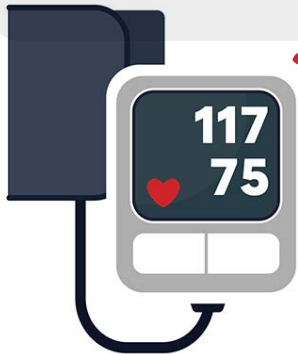
Factores de riesgo

Los cambios en el cuerpo durante el embarazo, como los cambios en el aparato vascular (vasos sanguíneos que transportan sangre a todo el organismo) y los cambios hormonales, pueden aumentar el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral. **Existen varios factores que pueden aumentar ese riesgo, como los que se indican a continuación:**

- ✓ Hipertensión crónica (presión arterial alta antes del embarazo o diagnosticada antes de las 20 semanas de embarazo)
- ✓ Trastornos hipertensivos del embarazo, como hipertensión gestacional y preeclampsia/eclampsia
- ✓ Edad de la madre (35 años o más)
- ✓ Diabetes
- ✓ Obesidad
- ✓ Migraña, en particular con aura
- ✓ Infecciones
- ✓ Enfermedades cardíacas o cerebrovasculares
- ✓ Trastornos de coagulación

Cómo reducir el riesgo

- ✓ Controla tu presión arterial
- ✓ Deja de fumar
- ✓ Come alimentos saludables
- ✓ Realiza actividad física
- ✓ Mantén un peso saludable
- ✓ Si estás tomando medicamentos recetados, tómalos según lo recetado



Presión arterial y ataque o derrame cerebral

La mayoría de los ataques o derrames cerebrales relacionados con el embarazo se pueden evitar con un buen control de la presión arterial.

- ✓ Presión arterial normal: menos de 120/80.
- ✓ Presión arterial saludable durante el embarazo: menos de 140/90.
- ✓ Después del embarazo, la presión arterial puede cambiar. Pregúntale a tu equipo de cuidados de salud cuáles deberían ser las cifras saludables en tu caso.

Recordatorios importantes:

- ✓ Si tuviste presión arterial alta durante el embarazo, planifica un control de la presión arterial en la primera semana después de volver a casa (en un plazo de 3 a 10 días). Lleva un registro de tus lecturas y compártelas con tu equipo de cuidados de salud.
- ✓ La presión arterial alta se puede producir hasta un año después del parto. Es importante que sigas controlando tu presión arterial.

Conoce las señales de alerta de un ataque o derrame cerebral

El ataque o derrame cerebral es una emergencia. Recuerda la sigla R.Á.P.I.D.O. para reconocer los signos de un ataque o derrame cerebral y actúa rápidamente:



Qué puedes hacer

Habla con tu equipo de cuidados de salud sobre tus factores de riesgo. Entender tu riesgo puede ser de ayuda para tomar medidas significativas con el fin de reducir tu riesgo.

Comprueba regularmente tu presión arterial durante el embarazo y después de este. Habla con tu profesional de la salud si presentas valores altos en las lecturas.

Aprende la sigla R.Á.P.I.D.O. para que puedas reconocer los signos y síntomas de un ataque o derrame cerebral. Comparte estas señales de alerta con tus seres queridos para que también puedan actuar rápidamente.

Para obtener más información, visita:



Embarazo
GoRedforWomen.org/Embarazo



Posparto
GoRedforWomen.org/Posparto