



American Heart Association® | American Stroke Association®

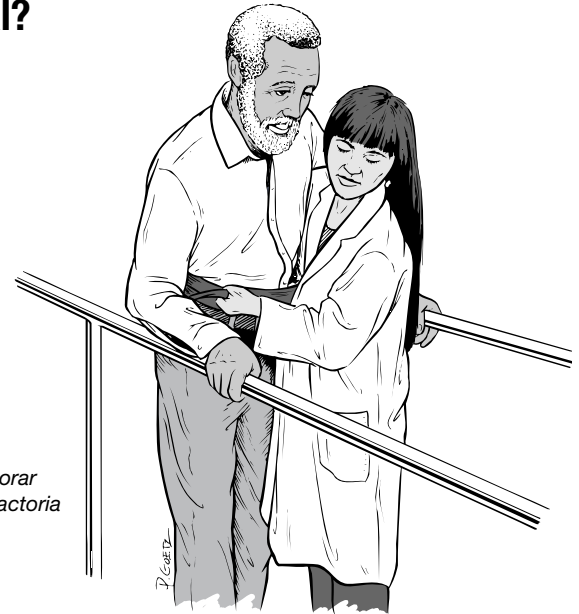
Aprende y Vive™

Hablemos de los ataques al cerebro y la rehabilitación

¿Qué es la rehabilitación tras un ataque cerebral?

Una vez que ha pasado la crisis inmediata de un ataque cerebral y lo han estabilizado médicamente, es hora de considerar una terapia de rehabilitación. Después de un ataque al cerebro, tal vez tenga usted que cambiar o reaprender uno o varios aspectos de su vida diaria. La rehabilitación podría contrarrestar algunos de los efectos de un ataque al cerebro.

Las metas de la rehabilitación son darle más independencia, mejorar sus funciones físicas, ayudarlo a lograr una calidad de vida satisfactoria después de su ataque cerebral, y ayudarlo a prevenir otro.



¿Quiénes participarán en mi programa de rehabilitación?

Su equipo de rehabilitación podría incluir:

- Fisiatra — Médico especializado en rehabilitación.
- Fisioterapeuta — Proveedor de salud especializado en ayudar al sobreviviente de un ataque cerebral a recuperar el máximo de movilidad e independencia y recuperarse del deterioro sufrido en sus funciones más importantes, como las de caminar, el equilibrio y la coordinación.
- Terapeuta ocupacional — Se especializa en ayudar al sobreviviente de un ataque cerebral a restaurar su capacidad para la vida diaria, como bañarse, arreglarse y vestirse.
- Enfermera de rehabilitación — Enfermera (o enfermero) que coordina las necesidades de atención médica del sobreviviente de un ataque al cerebro durante su rehabilitación.
- Terapeuta de lenguaje — Especialista que ayuda a que el sobreviviente vuelva a aprender a hablar y también le ayuda con problemas para tragar.
- Terapeuta de recreación — Terapeuta que ayuda al sobreviviente a modificar las actividades que disfrutaba antes de su ataque cerebral, o le propone otras nuevas.
- Psiquiatra o psicólogo — Especialista que ayuda al sobreviviente de un ataque cerebral a ajustarse a los retos emocionales y a las nuevas circunstancias de su vida.
- Consejero de rehabilitación vocacional — Especialista que evalúa la destreza para el trabajo de las personas con discapacidad. Puede ayudar al sobreviviente de un ataque cerebral a aprovechar al máximo su capacidad para volver a trabajar.

¿Qué haré durante mi rehabilitación?

Los programas de rehabilitación a menudo están enfocados en:

- Actividades de la vida diaria como comer, bañarse y vestirse.
- Destreza para moverse como caminar, pasarse a la silla de ruedas o impulsarla usted mismo.

- Destreza para la comunicación para hablar y para el lenguaje.
- Destreza cognitiva como la memoria y la solución de problemas.
- Destreza para interactuar con otras personas.
- Funciones psicológicas para que aprenda a adaptarse y, si hace falta, tratamiento para vencer la depresión.






¿Cómo puedo aprender más?

- Hable con su médico, enfermera o proveedor de salud. Pregúntele sobre otras hojas de "Hablemos sobre los ataques al cerebro".
- Para más información sobre los ataques o para recibir otras hojas, llame a la Asociación Americana de los Ataques al Cerebro al 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653) o visite StrokeAssociation.org.
- Si usted o algún conocido ha tenido un ataque al cerebro, llame a nuestra

línea de asistencia, 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653), para:

- ✓ Hablar con otros sobrevivientes de ataques al cerebro, o con cuidadores capacitados para responder a sus preguntas y darle apoyo.
- ✓ Obtener información sobre grupos de apoyo en su área.
- ✓ Suscribirse a la revista *Stroke Connection*, una revista gratis para sobrevivientes de ataques al cerebro y sus cuidadores.

¿Cuáles son las señales de aviso de un ataque al cerebro?

-  **Falta de sensación o debilidad repentinas en la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo**
-  **Confusión repentina, problemas repentinos para hablar o entender**
-  **Problemas repentinos para ver con uno o los dos ojos**
-  **Problemas para caminar, mareo, pérdida de equilibrio o de coordinación repentinos**
-  **Dolor de cabeza fuerte y repentino sin causa conocida**



Aprenda a reconocer un ataque al cerebro. *Porque el tiempo perdido es cerebro perdido.*

Ya existen tratamientos que pueden reducir los daños causados por el tipo más común de ataque al cerebro, pero sólo si obtiene ayuda rápida: dentro de las 3 horas de los primeros síntomas.

¡Llame de inmediato al 9-1-1 si siente alguna de las señales de aviso!

¿Tiene preguntas para su médico o enfermera?

Tómese unos minutos y escriba sus preguntas para la próxima vez que vaya al proveedor de servicios de salud:

¿Qué me recomienda para mi rehabilitación?

¿Puede ponerme en contacto con un psiquiatra?

¿Cómo podré seguir mejorando mis habilidades cuando termine mi rehabilitación?

La Asociación Americana de los Ataques al Cerebro es una división de la Asociación Americana del Corazón. Sus donativos apoyan los programas de investigación y educación que ayudan a reducir la incapacidad y la muerte por ataques al cerebro.

©2008, American Heart Association.
Let's Talk About Stroke and Rehabilitation


American Heart Association | American Stroke Association®
Aprende y Vive™