



GOLPE DE CALOR y ATAQUES O DERRAMES CEREBRALES

Qué son y por qué ocurren



Un golpe de calor ocurre cuando tu cuerpo se sobrecalienta y la temperatura corporal central aumenta a más de

104°F

Un ataque o derrame cerebral ocurre cuando un vaso sanguíneo en el cerebro estalla o un coágulo lo bloquea. Las células del cerebro mueren debido a la falta de sangre y oxígeno.



Factores de riesgo

Algunas personas pueden presentar un mayor riesgo debido a los siguientes factores:

- Edad
- Algunos medicamentos
- Ejercicio o esfuerzo en clima caluroso
- Falta de aire acondicionado
- Afecciones médicas
- Pasar tiempo al aire libre cuando hay exceso de calor
- Exposición repentina a un clima caluroso
- Peso



HASTA EL 80% DE LOS ATAQUES O DERRAMES CEREBRALES SE PUEDEN PREVENIR

Factores que puedes tratar y controlar:

Fibrilación auricular
Tabaquismo
Diabetes
Enfermedades cardíacas

Presión arterial alta
Colesterol alto
Obesidad
Dieta deficiente

Factores que no puedes controlar:

Edad
Raza
Antecedentes

familiares
Antecedentes médicos

Signos

Una temperatura corporal de 104 °F (40 °C) o superior es el signo principal. Otros signos incluyen lo siguiente:

- Confusión
- Dolor de cabeza
- Piel caliente y seca (sin ejercicio previo)
- Pulso rápido o corazón acelerado
- Piel ruborizada o enrojecida
- Pérdida de la consciencia
- Náuseas
- Respiración superficial y rápida
- Vómitos

R.Á.P.I.D.O.

Rostro caído Alteración del equilibrio Pérdida de fuerza en el brazo Impedimento visual repentino Dificultad para hablar Obtén ayuda, llama al 911

* Otros signos del ataque o derrame cerebral son dificultad repentina para ver, mareos, confusión, dolor de cabeza intenso o debilidad de un lado del cuerpo.

Qué hacer

Mientras esperas la ayuda de emergencia, lleva a la persona hacia la sombra o al interior de un lugar, retira el exceso de ropa e intenta enfriarla con agua, ventiladores, bolsas frías o con hielo, o toallas húmedas.

LLAMA AL 911
o a tu número de emergencia local lo más pronto posible

Acude al hospital en ambulancia tan pronto como sea posible para aumentar las probabilidades de sobrevivir o de tener una recuperación completa.