



American Stroke Association  
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

# Guía de discusión sobre la prevención de un ataque o derrame cerebral

Un ataque o derrame cerebral es una emergencia médica que puede ocurrirle a cualquier persona, a cualquier edad y en cualquier momento. La prevención de un ataque o derrame cerebral empieza por TI. Consulta con tu profesional de la salud con el fin de identificar tu riesgo personal y saber cómo controlarlo.

Conocer los signos de alarma de un ataque o derrame cerebral puede salvar tu vida o la vida de un ser querido. También puede significar la diferencia entre una recuperación satisfactoria y una discapacidad a largo plazo; la sobrevivencia o la muerte.



Lista de verificación para una buena salud de por vida.



Conoce TU riesgo personal.



Conoce los signos de alarma de un ataque o derrame cerebral.

## Preguntas para iniciar una discusión:

1. ¿Conoces a alguien que haya sobrevivido a un ataque o derrame cerebral?
2. ¿Cómo se reconoce un ataque o derrame cerebral cuando ocurre?
3. ¿Qué es un ataque o derrame cerebral?
4. ¿Cuáles son los diferentes tipos de ataque o derrame cerebral?
5. ¿Por qué es tan importante el tiempo a la hora de responder ante un ataque o derrame cerebral y a la hora del tratamiento?
6. ¿Cuáles son los factores de riesgo que se asocian a un ataque o derrame cerebral?  
(Puedes desglosar esta pregunta y preguntar sobre los factores de riesgo controlables, como los factores de riesgo médicos y de estilo de vida, y los no controlables).
7. ¿Qué pequeños cambios puedes hacer en tu vida para reducir tu riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral?

Patrocinado a nivel nacional por

