

Fique alerta e identifique os sinais e sintomas que indicam a ocorrência de um AVC

- Perda de força muscular e ou sensibilidade na metade do corpo
- Dor de cabeça intensa e súbita sem causa aparente
- Confusão, dificuldade para falar e/ou entender
- Dificuldade para enxergar
- Dificuldade súbita para andar, tontura ou falta de coordenação motora
- Perda da consciência (desmaio)
- Formigamentos no corpo

O teste SAMU é uma maneira fácil para que todos possam lembrar e reconhecer os sinais de AVC na vítima:

Sorriso: Peça para dar um sorriso. A boca está torta?

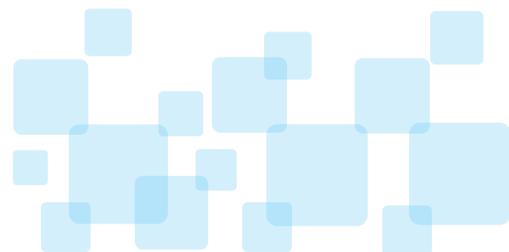
Abraço: Pode levantar os dois braços?

Música: Peça para cantar ou falar uma frase. A fala é arrastada? Você entende o que ele diz?

Urgente: Se você identificar qualquer um destes sinais, **ligue urgente para o SAMU (192)** ou vá imediatamente para um hospital preparado para atender casos de **AVC**.

Qual o tratamento?

Existe um medicamento que, se administrado em até 4,5 horas após o início dos sintomas, pode reduzir as sequelas nos pacientes com AVC isquêmico. Nos casos hemorrágicos, o tratamento neurocirúrgico é de extrema urgência.



NÃO PERCA TEMPO!
Ligue urgente para o SAMU 192

O que ocorre após um AVC?

O paciente pode apresentar alterações cognitivas (problemas de memória, raciocínio, atenção), comportamentais, da fala e da visão, além de limitações físicas (dificuldade de movimentos e alteração de sensibilidade) e de transtornos de humor (depressão e ansiedade).

A reabilitação dos pacientes pós- AVC necessita de profissionais nas áreas da medicina, enfermagem, fisioterapia, fonoaudiologia, terapia ocupacional e psicologia.



Apoio



Sociedade Brasileira de Neurocirurgia



www.abavc.org.br

Realização



Colaboradores



www.pi.gov.br

Secretaria Estadual da Saúde



CRM-PI

Secretaria Estadual para Inclusão da Pessoa com Deficiência

Secretaria Municipal de Saúde

BioMédica NO/NE



Equipes do PSF

Prefeituras Municipais

Associações Comunitárias

Associação Piauiense de Habilitação, Reabilitação e Readaptação - Associação Reabilitar

Ceir - Centro Integrado de Reabilitação
Avenida Higino Cunha, nº 1515, Bairro Ilhotas
CEP 64014-220
Teresina - Piauí
Fone/Fax: (86) 3198 1500

email: pensebem.pi@ceir.org.br
www.ceir.org.br

CeirPiauí | Ceir_Piauí | @amigosdoceir | AmigosdoCeir



Realização:



ASSOCIAÇÃO REABILITAR

O projeto Pense Bem AVC

O Projeto Pense Bem AVC nasceu com a proposta de levar mensagens educativas à população sobre os fatores de risco para o AVC (Acidente Vascular Cerebral), conhecido popularmente como derrame cerebral, os sintomas e as formas de prevenção da doença. Em execução desde 2007, este trabalho é inspirado no Programa Nacional de Prevenção do Derrame Cerebral da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia (SBN).

A Associação Reabilitar, entidade social piauiense sem fins lucrativos, coordena as ações do Pense Bem AVC no Piauí. A equipe do projeto leva a mensagem preventiva aos bairros, escolas e empresas.

Ajude a difundir essa ideia. A informação é uma grande aliada no combate ao derrame cerebral.

Benjamim Pessoa Vale
Neurocirurgião – CRM-PI 1916

Cristiane Rocha de Sousa
Enfermeira – COREN-PI 216.686

Mary Ângela de Oliveira Canuto
Enfermeira – COREN-PI 221.113

1
em cada
6 pessoas
no mundo
terá um
AVC em sua VIDA

Conhecendo o AVC

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) também é conhecido como “derrame cerebral”. Ele acontece quando há a interrupção súbita do suprimento sanguíneo para o cérebro, afetando as funções neurológicas e lesando as células nervosas. O AVC pode ocorrer a qualquer hora, durante qualquer atividade e até quando a pessoa estiver dormindo.

Você sabia?

- ➔ O AVC é responsável por mais mortes que a AIDS, a tuberculose e a malária juntas;
- ➔ A cada seis pessoas no mundo, uma terá a doença durante a vida e são seis milhões de vítimas fatais a cada ano;
- ➔ No Brasil o “derrame” é a principal causa de mortes;
- ➔ Somente em 2011, foram gastos mais de R\$ 311 milhões com internações hospitalares por doenças cerebrovasculares no país (DATASUS). O AVC é responsável pela maior parte delas.
- ➔ O Piauí é segundo estado do país com o maior percentual de mortes por AVC proporcionalmente à sua população;
- ➔ No Brasil, são aproximadamente 100 mil óbitos por ano. No Piauí, em 2011, foram 2.209 óbitos por AVC, o que representa 12% das mortes no estado.
- ➔ E quem sobrevive tende a ficar com sequelas que podem durar toda a vida.

Quais os tipos de AVC?

AVC Isquêmico: é o mais comum, resultado do entupimento de vasos sanguíneos cerebrais;

AVC Hemorrágico: ocorre quando há ruptura de vasos cerebrais com sangramento. Embora menos comum, causa maior mortalidade.

Quem tem mais chance de ser vítima de um AVC?

- ➔ Idosos;
- ➔ Quem abusa do consumo de álcool;
- ➔ Hipertensos;
- ➔ Pessoas com doença no coração;
- ➔ Diabéticos;
- ➔ Fumantes;
- ➔ Obesos;
- ➔ Sedentários;
- ➔ Quem apresenta colesterol alto;
- ➔ Quem teve AVC ou “ameaça de derrame” prévio;
- ➔ Usuárias de anticoncepcional oral.



Tome uma atitude rapidamente: O AVC é uma emergência médica!

Reduza os riscos e perigos de um AVC

A solução mais eficiente para reduzir os riscos de se tornar uma vítima do AVC é adotar hábitos de vida mais saudáveis. E o melhor: qualquer pessoa pode seguir os passos a seguir. Só depende de você. A prevenção é o melhor remédio.

- ➔ **Conheça os seus próprios fatores de risco**
É importante você saber se tem pressão alta, diabetes ou colesterol elevado. Procure seu médico, solicite os exames. Quando mais cedo o problema for detectado, mais cedo será o tratamento e controle.
- ➔ **Realize atividades físicas regularmente**
Caminhar entre 30 e 60 minutos de três a quatro vezes por semana, reduz a chance de você ter um derrame cerebral. Lembre-se de consultar o seu médico antes de iniciar qualquer atividade física.
- ➔ **Controle os índices de pressão arterial;**
Adotar uma dieta balanceada, controlar o peso e fazer exercícios físicos ajudam a controlar a pressão arterial. O uso de medicamentos indicados pelo seu médico é seguro e eficiente.
- ➔ **Pare de fumar;**
Está comprovado que o cigarro aumenta, e muito, as chances de uma pessoa ter um derrame cerebral. Deixe o cigarro de lado. Fale com seu médico sobre como abandonar o tabagismo. Ele pode te ajudar.
- ➔ **Limite o consumo de bebidas alcoólicas;**
A diversão não precisa se transformar em algo ruim para a sua vida.
- ➔ **Mantenha uma alimentação saudável;**
Coma mais verduras e frutas, e menos gordura e massas. Diminua o sal de sua alimentação.