

Para uma boa compreensão do AVC

Conselhos aos Doentes:

O AVC é a habitual designação dada ao “acidente vascular cerebral” e que é uma interrupção brusca do fornecimento de sangue a uma área do cérebro, geralmente determinada por uma obstrução arterial ou por uma rotura de um vaso sanguíneo. O sangue transporta o oxigénio e os nutrientes necessários para as células nervosas do cérebro, pelo que, quando a circulação é interrompida, as células começam a morrer. As células nervosas são os centros que controlam e enviam mensagens para os músculos. Quando estas células morrem, os músculos deixam igualmente de funcionar. Algumas pessoas têm, ocasionalmente, pequenos acidentes vasculares cerebrais chamados “acidentes isquémicos transitórios” também designados por AIT. Estes eventos são anunciadores da possibilidade de um acidente vascular cerebral major e não devem ser ignorados, mesmo quando têm resolução espontânea.

O que causa um AVC?

A maioria dos acidentes vasculares cerebrais são a consequência de um coágulo que bloqueia a artéria que transporta o sangue para o cérebro. Por vezes, depósitos de gordura estreitam e tornam o lúmen arterial irregular, fazendo com que o sangue diminua o fluxo e coagule junto desses depósitos. Outras vezes, destaca-se um coágulo de uma artéria maior ao nível do pescoço ou do coração e progride ao longo da corrente sanguínea até que chega a um vaso mais estreito no cérebro onde fica retido.

Quais são os sintomas de um acidente vascular cerebral?

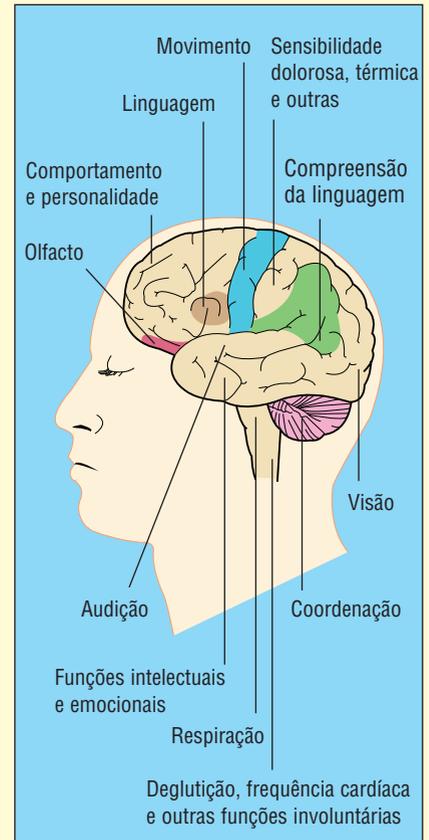
Os sintomas avisadores da iminência de um AIT ou de um AVC são os mesmos. Incluem os seguintes:

- Adormecimento ou falta de força ao nível da face, membro superior ou inferior de um dos lados do corpo
- Dificuldade em falar ou compreender os outros
- Dificuldade em ver
- Confusão, tonturas, sonolência grave e perda de coordenação
- Uma dor de cabeça que aparece subitamente

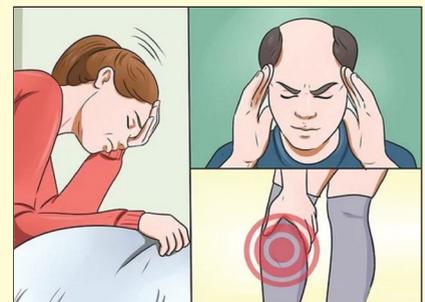
Como estes sintomas não aparecem todos no mesmo episódio de acidente vascular cerebral e, por vezes, aparecem e desaparecem, se algum destes sintomas estiver presente, procure ajuda rapidamente. Se verificar que alguém à sua volta tem estes sintomas, não hesite em ligar de imediato para o 112 ou leve a pessoa de imediato a um hospital.

O que deve fazer se tiver estes sintomas?

Qualquer AIT ou AVC deve ser tratado como uma situação de emergência que pode colocar a vida em risco. O tempo é muito importante e um acidente vascular cerebral em evolução deve ser diagnosticado precocemente para que se consigam os melhores resultados com o tratamento. Os anticoagulantes e



Um acidente vascular cerebral interrompe a transmissão das mensagens dos centros de controlo no cérebro para as zonas que dirigem.



Os sintomas avisadores de um AVC ou AIT incluem os seguintes: dormência ou fraqueza no rosto, braço ou perna; dificuldade em falar ou compreender os outros; confusão; problemas de visão; dificuldade para andar; tontura e perda de coordenação; dor de cabeça.

Conselhos aos Doentes:

Para uma boa compreensão do AVC, *continuação*

Procure estes sinais

Os acidentes isquémicos transitórios e os acidentes vasculares cerebrais podem ter os mesmos sintomas anunciadores, os quais podem ter um aparecimento súbito. Se tiver os sintomas que se mencionam abaixo, ou se estiver junto de alguém que os tenha, chame o 112 ou dirija-se a um serviço de urgência, imediatamente. Novos tratamentos podem evitar alguns dos efeitos de um acidente vascular cerebral, desde que iniciados nas primeiras horas após o aparecimento dos sintomas.

- Falta de força ou adormecimento, especialmente se localizado num dos lados do corpo ou num membro superior ou inferior
- Perda ou redução da visão, especialmente se for de apenas um dos olhos
- Tonturas, desequilíbrio ou queda de causa não conhecida
- Uma dor de cabeça muito intensa sem causa aparente
- Dificuldade em falar com clareza

outras medidas tomadas no internamento podem evitar lesões definitivas quando são administrados rapidamente.

Os acidentes vasculares cerebrais podem ser evitados?

Alguns problemas de saúde aumentam consideravelmente a probabilidade de ocorrência de um acidente vascular cerebral. O seu médico pode ajudá-lo a controlar muitos deles. Entre esses fatores de risco estão:

- A pressão arterial elevada
- A doença cardíaca
- Os níveis de colesterol elevados
- Antecedentes familiares de terem existido um AIT e/ou um AVC
- A idade avançada

O estilo de vida pode também aumentar os riscos, especialmente quando ele inclui estes comportamentos:

- Fumar
- Beber álcool em excesso
- Ser obeso
- Ter vida sedentária
- Usar pílulas contraceptivas com mais de 35 anos e fumar

Alguns destes fatores, como a idade, não são suscetíveis de modificação. Mas é possível deixar de fumar, beber moderadamente, fazer algum exercício e perder peso. Pode, com a ajuda do seu médico, controlar os níveis do colesterol, a diabetes e a pressão arterial. E deve estar em alerta para os sinais de aviso de um acidente vascular cerebral e procurar ajuda quando isso for necessário.

Alguns factos sobre o AVC

O Relatório da OMS de 2020 indica que os AVC são a 2.^a causa de morte em todo o mundo e a 4.^a nos Estados Unidos da América. Neste país, de acordo com um relatório da *American Heart Association*, em 2018 houve cerca de 700.000 pessoas que sofreram um novo ou um recorrente AVC e mais de 150.000 destas pessoas morreram, sendo que 62.844 eram homens. Por outro lado, existiam cerca de 5,7 milhões de sobreviventes de AVC mas muitos deles com incapacidades permanentes.

Entretanto, um relatório anterior havia indicado que:

- Em cada 53 segundos, alguém tem um enfarte
- Em cada 3,3 minutos, alguém morre na sequência de um AVC
- Os AVC são a principal causa de incapacidade a longo-prazo
- O impacto económico dos AVC é enorme, representando despesas entre 30 e 40 mil milhões de dólares em cada ano.

Esta informação não substitui a consulta do seu médico