



hablemos sobre

## De factores de riesgo de ataque o derrame cerebral

Los factores de riesgo son características y hábitos de vida que aumentan tu probabilidad de padecer una enfermedad. Conocer personal, es el primer paso para prevenir un ataque o derrame cerebral.

Existen dos tipos de factores de riesgo: aquellos que no puedes controlar (incontrolables) y aquellos que puedes controlar, tratar y mejorar (controlables). Mediante la realización de controles médicos periódicos, puedes conocer tus factores de riesgo y elaborar un plan para disminuir el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral.

factores de riesgo personales y elaborar un plan para tratarlos, cambiarlos o controlarlos.

## De factores de riesgo de ataque o derrame cerebral

falciforme aumenta el riesgo de ataque cerebral debido a que las células falciformes se adhieren a las paredes de los vasos sanguíneos y pueden bloquear arterias.

- Consumo excesivo de alcohol. Tomar un promedio de más de un trago por día en el caso de las mujeres o más de dos tragos al día en el caso de los hombres puede elevar la presión arterial. Consumo de alcohol hasta el emborrachamiento puede conducir a un ataque o derrame cerebral.
- Uso de drogas ilegales. Las drogas como la cocaína, el éxtasis, las anfetaminas y la heroína están asociadas a un mayor riesgo de ataque o derrame cerebral.

### ¿Cuáles son los factores de riesgo que no puedo controlar?

- Aumento de la edad. El ataque cerebral afecta a personas de todas las edades. Sin embargo, mas se envejece, mayor