

## ¿Qué es un derrame cerebral relacionado con el embarazo?

Los ataques o derrames cerebrales son emergencias potencialmente mortales que ocurren cuando se interrumpe repentinamente el flujo sanguíneo al cerebro. Requieren atención médica inmediata, ya que pueden causar daño cerebral permanente, discapacidad o la muerte.

El embarazo aumenta el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral, que puede ocurrir en cualquier momento, incluso durante el posparto (las semanas y los meses que transcurren hasta un año después del parto). Aunque es poco habitual, la frecuencia de ataques o derrames cerebrales relacionados con el embarazo está aumentando. Un ataque o derrame cerebral es la causa más frecuente de discapacidad grave a largo plazo después del embarazo.

Existen maneras de prevenir un posible ataque o derrame cerebral. Obtén atención médica de forma regular antes, durante y después del embarazo para abordar los factores de riesgo. Aprende sobre las señales de alarma. Anima a tus amigos y familiares a llamar al 911 de inmediato si sospechan que estás sufriendo un ataque o derrame cerebral, ya que es posible que no puedas actuar por ti misma.



### ¿Por qué el embarazo aumenta el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral?

El embarazo supone una mayor exigencia para el corazón y los vasos sanguíneos. La mayoría de las mujeres tienen embarazos saludables; sin embargo, entre los problemas que aumentan el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral durante y después del embarazo se incluyen los siguientes:

- Coagulación de la sangre
- Presión arterial alta
- Preeclampsia (presión arterial alta grave)
- Diabetes gestacional
- Cambios hormonales
- Disminución del volumen sanguíneo
- Otros problemas y complicaciones médicos

### ¿Cuáles son las señales de alarma?

Algunos síntomas de un ataque o derrame cerebral son fáciles de confundir con los cambios normales relacionados con el embarazo y el tener un nuevo bebé. Es fundamental estar alerta a los síntomas repentinos. Entre estos se incluyen:

- **ENTUMECIMIENTO** o debilidad de la cara, el brazo o la pierna, especialmente en un lado del cuerpo
- **CONFUSIÓN**, problemas para hablar o comprender el habla
- **PROBLEMAS DE VISIÓN** en uno o ambos ojos
- **PROBLEMAS PARA CAMINAR**, mareos, pérdida del equilibrio o de la coordinación
- **DOLOR DE CABEZA INTENSO** sin causa conocida

### Usa las letras del método F.A.S.T para detectar y reaccionar ante un ataque o derrame cerebral

- F = Face Drooping (asimetría en la cara):** ¿Se cae un lado de la cara o está entumecida? Pedir a la persona que sonría. ¿Está la sonrisa de la persona dispareja o torcida?
- A = Arm Weakness (debilidad en un brazo):** ¿Siente un brazo débil o entumecido? Pedir a la persona que eleve los brazos. ¿Se cae uno de los brazos?
- S = Speech Difficulty (dificultad para hablar):** ¿Arrastra las palabras?
- T = Time to call 911 (momento de llamar al 911):** Un ataque o derrame cerebral es una emergencia. Cada minuto cuenta. Llama al 911 inmediatamente. Anota la hora en que aparecieron los síntomas por primera vez.

### ¿Cómo puedo prevenir un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo?

Los investigadores todavía intentan entender los factores de riesgo particulares de ataque o derrame cerebral a los que se enfrentan las mujeres. Algunos factores de riesgo, como la edad, los antecedentes familiares y la raza, no se pueden cambiar. Sin embargo, sí se pueden modificar las elecciones de estilo de vida. Por ejemplo:

- No fumar.
- Mantener un peso saludable.
- Comer alimentos nutritivos.
- Mantenerse activa.
- Acudir a todas las citas médicas, incluso después del parto.

## ¿Cómo se diagnostica el ataque o derrame cerebral?

Es fundamental actuar rápidamente cuando ocurre un ataque o derrame cerebral. Para diagnosticar un ataque o derrame cerebral, los profesionales de la salud harán lo siguiente:

- Preguntarán cuándo empezaron los síntomas para elegir el mejor tratamiento.
- Averiguarán tu historia clínica.
- Te harán un examen físico y neurológico.
- Te harán un análisis de sangre.
- Estudiarán los resultados de las exploraciones cerebrales, como la tomografía computarizada (Computed Tomography, CT) o la imagen por resonancia magnética (Magnetic Resonance Imaging, MRI).

## ¿Qué tratamiento necesitaré?

Es importante trabajar con un equipo de atención médica para determinar el mejor plan de recuperación. El tratamiento dependerá de diversos factores, como la gravedad del ataque o derrame cerebral y la rapidez con que recibiste atención médica. Se pueden recetar medicamentos para tratar el coágulo y prevenir un ataque o derrame cerebral en el futuro. Tu equipo de atención médica determinará si necesitas cirugía u otros procedimientos. También es posible que necesites fisioterapia, terapia del habla u otro tipo de rehabilitación.

A su vez, es fundamental monitorear la salud mental después de un ataque o derrame cerebral. Además de la depresión posparto, una mujer puede enfrentarse a otros problemas de salud mental después de un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo. Habla con tu profesional de la salud sobre la ansiedad, el miedo y la depresión. Existen muchos tratamientos disponibles para mejorar estos problemas.



## ¿CÓMO PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN?

- 1 Llama al 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653) o visita [stroke.org](https://stroke.org) o [goredforwomen.org/pregnancy](https://goredforwomen.org/pregnancy) para obtener más información sobre los ataques o derrames cerebrales y el embarazo.
- 2 Ponte en contacto con otras madres que estuvieron en tu lugar y recibe el apoyo que necesitas participando en nuestro Foro sobre salud materna en la Red de apoyo en [supportnetwork.heart.org](https://supportnetwork.heart.org)

## ¿TIENES PREGUNTAS PARA EL PERSONAL MÉDICO O DE ENFERMERÍA?

Dedica unos minutos a escribir las preguntas que le harás a tu profesional de la salud en la próxima cita.

Por ejemplo:

**¿Estoy en riesgo de tener un ataque o derrame cerebral relacionado con el embarazo?**

**¿Cuánto tiempo debo seguir alerta a señales de un ataque o derrame cerebral después del parto?**

## MIS PREGUNTAS:

Un embarazo saludable es lo mejor para la madre y para el bebé. Tenemos una biblioteca con recursos para ayudarte a mantenerte segura y saludable antes, durante y después del embarazo.

Visita [goredforwomen.org/pregnancy](https://goredforwomen.org/pregnancy) para obtener más información.