

Sabe o que é um AVC

Como prevenir um AVC?

Controlar a tensão arterial

Parar de fumar

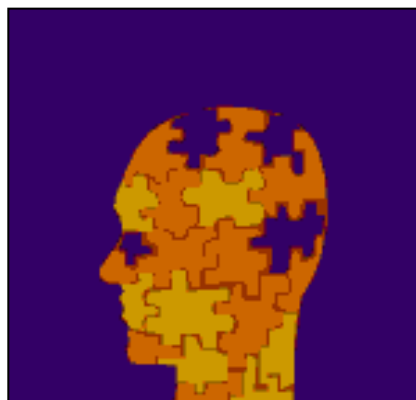
Praticar exercício físico

Evitar o consumo de álcool e drogas

Manter o peso adequado

Controlar o sal, gordura e açúcar na dieta

Nota: As informações contidas no folheto são complementares às fornecidas pelos profissionais de saúde e em nenhuma situação os substitui.



Seja rápido e vença o AVC

Elaborado por: HDES

Composição: Serviço de Relações Públicas e Comunicação

Março de 2022



Sabe o que é um AVC

INFORMAÇÃO PARA OS UTENTES

Sabe o que é um AVC

O que é um AVC?


O Acidente vascular cerebral, tão vulgarmente denominado de AVC ou “trombose cerebral”, é uma das maiores causas de morte no mundo.




Este traduz-se numa interrupção do suprimento de sangue no cérebro.

Acontece quando uma artéria que fornece sangue ao cérebro fica bloqueada ou se rompe.

O AVC pode ser classificado em duas grandes categorias:

 **AVC Isquémico** é a oclusão de uma artéria, responsável pela irrigação de uma determinada área do cérebro, privando essa região de nutrientes e oxigénio.

 **AVC Hemorrágico** define-se pela ruptura de um vaso sanguíneo a nível do cérebro.

Causas de um AVC

- hipertensão arterial;
- diabetes;
- Idade (a incidência aumenta em indivíduos com idade superior a 55 anos);
- Sexo (os homens têm maior risco para sofrerem um acidente vascular cerebral);
- hereditariedade;



- tabagismo;

- consumo frequente de álcool e drogas;



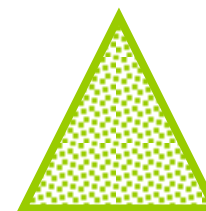
- stress;



- colesterol elevado;
- doenças cardiovasculares.

Sinais de alerta de um AVC

Diminuição da **força**

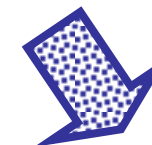


Desvio da **face**

Alterações na **fala**

O que fazer perante um AVC?

Se sentir algum dos sintomas referidos anteriormente ou estiver próximo de alguém que esteja a senti-los



Ligue para o 112 o mais rápido possível pois existe actualmente tratamentos eficazes que só são possíveis quando administrados nas **primeiras 3 horas** desde o início dos sintomas.