



## CARTAS AL DIRECTOR

ENVIAR A: [editor@elpinguino.com](mailto:editor@elpinguino.com)

### ACV, UN CUADRO QUE SE PUEDE PREVENIR

#### Señor Director:

Al ataque cerebrovascular (ACV) también se le conoce como infarto cerebral, apoplejía, isquemia cerebral, entre otras y corresponde a una de las principales causas de discapacidad y muerte en el mundo. De acuerdo con información del Ministerio de Salud, las enfermedades cerebrovasculares son la primera causa de muerte en Chile en las personas mayores de 74 años y es la quinta causa de muerte en personas entre los 60 y 74 años.

Muchos de los factores de riesgo son prevenibles, tratables y es crucial en la reducción de su incidencia. Pero uno de factores más relevantes es conocer los síntomas, dentro de los que encontramos la debilidad o pérdida de sensibilidad en un lado del cuerpo, confusión, dificultad para hablar y problemas de visión. La atención médica inmediata puede marcar la diferencia con respecto a la recuperación y posibles secuelas.

En tanto la prevención del ACV comienza con la identificación y manejo de los factores de riesgo. La hipertensión es lo primero que hay que controlar y se puede lograr a través de cambios en la dieta, ejercicio y, en algunos casos, medicación. Asimismo, el control de la diabetes y el colesterol alto es esencial.

La actividad física constante también desempeña un papel fundamental, así como seguir una dieta rica en frutas, verduras, granos integrales, grasas saludables y por supuesto, evitar el tabaco.

En caso de que ocurra un ACV, es necesario actuar con rapidez y buscar atención médica inmediata, y los tratamientos pueden incluir medicamentos como anticoagulantes o procedimientos para reparar vasos sanguíneos.

En el caso de secuelas, la rehabilitación es un componente clave en el proceso de recuperación y aquí es donde la fonoaudiología cobra especial relevancia. Muchos pacientes que sobreviven a un ACV experimentan dificultades en la comunicación y la deglución, lo que puede afectar gravemente su calidad de vida.

El profesional evalúa y aborda las dificultades mediante ejercicios específicos y técnicas de intervención, para recuperar habilidades de habla y lenguaje, así como a mejorar la deglución y prevenir complicaciones relacionadas, como la aspiración.

**Jorge Valdés Soto,**  
**Académico de la Escuela**  
**de Fonoaudiología**  
**Universidad Andrés Bello**

ENVEJECIMIENTO ACTIVO