

# Prevención sobre ACV

**Es fundamental educar a la población sobre los factores de riesgo modificables, como la hipertensión, el tabaquismo, la diabetes, el colesterol elevado y el sedentarismo.**

Este mes, conmemoramos el Día Mundial del Ataque Cerebrovascular (ACV), una fecha para generar conciencia sobre un problema de salud pública que, aunque afecta a miles de personas, sigue siendo desconocido o subestimado por gran parte de la población.

En Chile, cada año, 40 mil personas sufren un ACV, lo que equivale a que, en los próximos 15 minutos, una persona podría estar experimentando uno. Esta cifra alarmante pone en el tapete la urgencia de mejorar la prevención, el reconocimiento temprano de los síntomas y la respuesta inmediata ante este tipo de emergencia médica.

Los especialistas advierten que el ACV es una condición que puede tener consecuencias devastadoras. Desde discapacidades severas que alteran la vida de las personas de manera irreversible, hasta la muerte, el ACV se posiciona como la segunda causa de fallecimiento a nivel mundial y la principal de discapacidad en adultos. A pesar de su impacto, sigue

siendo un riesgo poco reconocido, lo que contribuye a la falta de reacción oportuna en muchos casos.

Una de las claves para enfrentarlo es el tiempo. Los médicos insisten en que actuar rápidamente al detectar los síntomas puede salvar vidas y reducir significativamente las secuelas. El tratamiento adecuado dentro de las primeras horas, especialmente en casos de ACV isquémico, puede revertir el daño causado al cerebro. Sin embargo, muchos no conocen las señales de advertencia, lo que impide que se reciba atención médica de manera oportuna.

La prevención es, sin duda, el arma más poderosa para combatir el ACV. En este sentido, es fundamental educar a la población sobre los factores de riesgo modificables, como la hipertensión, el tabaquismo, la diabetes, el colesterol elevado y el sedentarismo. Adoptar hábitos saludables, como una dieta equilibrada, la práctica regular de ejercicio y la reducción del consumo de alcohol y tabaco, puede marcar una diferencia significativa en la reducción del riesgo.