

# Riego sanguíneo y cerebro en forma

Las enfermedades vasculares cerebrales son la segunda causa de muerte —la primera en la mujer— en España y uno de los motivos más habituales de incapacidad permanente

EDUARDO MARTÍNEZ-VILA

El cerebro humano, aunque sólo supone el 2% del peso corporal, consume el 15% del trabajo cardíaco, ya que precisa de un aporte ininterumpido de aproximadamente 150 gramos de glucosa y 72 litros de oxígeno al día. La sangre arterial aporta éstos y otros nutrientes. Como el cerebro es escaso en reservas energéticas, se entiende que precise de un aporte ininterumpido y suficiente de sangre —800 mililitros por minuto— y, sobre todo, que tenga una gran sensibilidad a la isquemia o 'falta de riego', aunque sólo sea durante segundos o pocos minutos.

Las alteraciones en este complejo proceso de la circulación cerebral se denominan enfermedades vasculares cerebrales o ictus, y los síntomas por los que se manifiestan muy variados. Existen dos grandes tipos de ictus: los producidos por la interrupción del flujo sanguíneo a una parte del cerebro —isquemia o infarto cerebral— y los que se deben al fenómeno contrario, la rotura de una arteria cerebral (hemorragia o derrame cerebral). Aproximadamente, el 75% de los ictus es de origen isquémico o por 'falta de riego' y el 25%, hemorrágicos o 'derrames'.

## IMPORTANCIA DE LOS ICTUS

Los ictus son importantes por su elevada frecuencia en la población y sus dramáticas consecuencias, que a menudo dejan secuelas de por vida. Los ictus representan en España la segunda causa de muerte —la primera en la mujer— y uno de los condicionantes más importantes de incapacidad permanente, tanto física como intelectual. Por otra parte, debe tenerse en cuenta que los problemas vasculares cerebrales son la segunda causa de las demencias.

Los ictus afectan a ambos sexos y su frecuencia aumenta con la edad. Aunque la mayoría se produce a partir de los 65 años, hasta un 15% de los casos se presentan en personas de menos de 50 años; son los llamados 'ictus en adultos jóvenes'. La frecuencia del ictus no es despreciable, ya que se producen por término medio 220 casos nuevos anuales por cada 100.000 habitantes. En otras palabras, cada 6 minutos se produce un ictus en algún punto de España, lo que significa 90.000 casos nuevos por año, que se van acumulando a los de años anteriores.

El 20% de los pacientes que ha sufrido un infarto o hemorragia cerebral fallecerá a lo largo del primer mes y cerca de un 40% de los que sobreviven quedará con un grado de invalidez moderado o severo y con una limitación o incapacidad para incorporarse a sus actividades socio-laborales habituales.

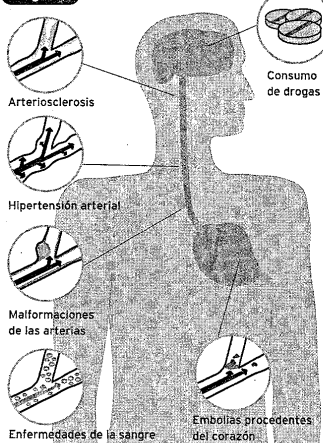
## ORIGEN

La causa fundamental de los ictus isquémicos —por falta de irrigación sanguínea— es la arteriosclerosis.

## PROBLEMAS DEL RIEGO SANGUÍNEO

Aunque el cerebro sólo tiene el 2% del peso total del cuerpo, necesita el 15% de la sangre, que le transporte oxígeno y glucosa, cuya falta puede ocasionar daños cerebrales

### Origen



### Síntomas

Dolor de cabeza muy intenso  
Pérdida de conocimiento  
Dificultad para comprender  
Vértigo

### Tipos

**Isquemia o infarto cerebral**  
Producido por la interrupción del flujo sanguíneo

**Hemorragia o derrame cerebral**  
Producido por la rotura de una arteria cerebral

### Hormigueos

Pérdida de sensibilidad  
Pérdida de fuerza en la mitad del cuerpo

### Tratamiento

Acudir con urgencia al neurólogo  
Fármacos trombolíticos  
Fármacos antiagregantes plaquetarios  
Fármacos anticoagulantes  
Cirugía  
Rehabilitación (fisioterapia y logoterapia)

### Medidas preventivas

Controlar la presión arterial  
Limitar las grasas animales  
Evitar productos salados  
Evitar las cremas y el azúcar  
Realizar ejercicio físico  
Evitar el tabaco  
Mantener actividad intelectual

### Factores de riesgo

Hipertensión  
Tabaquismo  
Colesterol alto  
Diabetes  
Alcohol  
Drogas  
Sedentarismo  
Obesidad

GRÁFICO: SUSANA MAC LOUGHLIN

## EL EXPERTO

Dr. Eduardo Martínez-Vila

Consultor del departamento de Neurología Clínica Universidad de Navarra.



**Hipertensión, diabetes, alcohol, tabaquismo, alto colesterol y drogas son algunos factores de riesgo**

**'El tiempo es cerebro': cuanto más tarde se inicie el tratamiento, menores son las posibilidades de recuperación**

rollo de ictus.

## SÍNTOMAS

Lógicamente, dependiendo de la causa y la localización de la lesión en el cerebro, los síntomas serán diferentes. En general, las manifestaciones más comunes son: pérdida de fuerza en la mitad del cuerpo —hemioplejía—, dificultad para hablar o comprender —afa-

sia—, pérdida de sensibilidad u 'hormigueos' en la mitad del cuerpo, pérdida súbita de visión en un ojo, visión doble, vértigo, dolor de cabeza muy intenso, pérdida de conocimiento, etcétera. Como estos síntomas pueden también deberse en ocasiones a otras enfermedades, es conveniente la consulta urgente con un especialista en neurología a fin de establecer el diagnóstico e instaurar el tratamiento adecuado.

La duración de los síntomas en los ictus puede ser variable. En unos casos, pueden manifestarse con síntomas muy breves que duran solamente minutos u horas. Son los llamados Ataques Isquémicos Transitorios (AIT). Por el contrario, en el infarto cerebral, los síntomas son permanentes y definitivos, ya que la falta de riego sanguíneo al cerebro produce lesiones irreversibles. De ahí la importancia que tiene el diagnosticar y tratar a tiempo a los pacientes con síntomas transitorios por falta de irrigación cerebral.

## PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

La prevención es el aspecto más importante. Las medidas más saludables para mantener el cerebro en forma consisten en vigilar de forma periódica la presión arterial, limitar las grasas animales en la dieta, los productos muy salados, cremas y azúcares, realizar ejercicio físico de forma habitual, no fumar y mantener en lo posible una actividad intelectual a través de las propias aficiones o el trabajo.

Sin embargo, cuando se ha producido un ictus, uno de los aspectos

más importantes en el tratamiento es la consulta urgente con el neurólogo para intentar que la circulación cerebral se normalice y evitar que el episodio se repita. Todo ictus es una urgencia médica, y se puede afirmar que 'el tiempo es cerebro'. Cuanto más tarde se inicie el tratamiento, menores son las posibilidades de recuperación.

El tratamiento de los ictus dependerá de su origen o causa. Cuando su origen es la arteriosclerosis, el tratamiento de elección son los medicamentos antiagregantes plaquetarios: impiden la formación de trombos, al no poder formar 'acúmulos', las plaquetas y otras células de la sangre. Cuando la causa es una embolia o trombo procedente del corazón, el mejor tratamiento es el uso de anticoagulantes: dificultan la coagulación de la sangre.

A veces, cuando se detecta la obstrucción de una arteria en una zona accesible a la cirugía, puede estar indicado el intentar la extirpación del trombo o de la placa de grasa (endarterectomía). En algunos casos de infarto cerebral, puede estar indicado emplear fármacos 'trombolíticos' cuya acción es la de disolver los coágulos y así restablecer el flujo sanguíneo, lo que sólo se puede realizar en las primeras horas de los síntomas.

Cuando, tras un ictus, quedan secuelas como dificultad para hablar, torpeza para caminar o movilidad un miembro, está indicada la rehabilitación. La fisioterapia y la logoterapia, cuando se inician precozmente, suelen ser de gran utilidad en muchos pacientes.