

Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

ConsumerReportsHealth



Prevención de convulsiones después de un ataque cerebral isquémico

Cuándo necesita medicina y cuándo no

Un ataque cerebral isquémico es el tipo más común de accidente cerebrovascular. Un vaso sanguíneo se obstruye de tal forma que no puede mandar sangre a una parte del cerebro. Esto lesiona el cerebro y puede causar una convulsión.

Una convulsión causa:

- Movimientos involuntarios del cuerpo.
- Sensaciones extrañas.
- Desmayos.

Algunos médicos recetan de manera rutinaria medicamentos anticonvulsivos después de un ataque cerebral isquémico. Sin embargo, por lo general este tratamiento no es necesario, y es posible que la medicina haga más mal que bien. A continuación se dan las razones:

La medicina anticonvulsiva no va a ayudar.

No hay evidencia de que tomar anticonvulsivos después de un ataque cerebral isquémico prevendrá una convulsión o le ayudará a recuperarse.

Si usted no tiene una convulsión inmediatamente después del accidente cerebrovascular, probablemente no la va a tener. La medicina no es necesaria.



La medicina tiene efectos secundarios.

Las medicinas para convulsiones pueden tener efectos secundarios desagradables, incluyendo:

- Reacciones alérgicas
- Fiebre
- Fatiga
- Malestar estomacal
- Vértigo
- Vista borrosa
- Sentidos entorpecidos (sentirse aturdido)
- Problemas con la concentración, atención y enfoque

La medicina puede ser cara.

Los costos de estas medicinas varían mucho, dependiendo de su seguro. Usted puede pagar desde \$15 hasta \$700 por un suministro de 30 días.

¿Cuándo se necesita una medicina para convulsiones después de un accidente cerebrovascular?

Es posible que la medicina sea benéfica si usted ya ha tenido una convulsión después de un ataque cerebral isquémico. La medicina podría ayudarle a prevenir una segunda convulsión.



Consejo de Consumer Reports

Pasos que usted puede tomar para prevenir un ataque cerebral

Mantenga la presión arterial bajo control. Tómesela por lo menos cada dos años, más seguido después de los 50 años. Si la tiene alta, bájela con medicina y cambios de estilo de vida.

Baje el colesterol si lo tiene demasiado alto. Pruebe cambios de estilo de vida como los que se dan a continuación, o hable con su médico sobre tomar un medicamento de estatinas.

Controle la diabetes. Si corre riesgo de sufrir de diabetes tipo 2, hágase una prueba de azúcar en la sangre cada tres a cinco años. Si sufre de diabetes, trate de mantener normales los niveles de azúcar en la sangre, la presión arterial y el colesterol.

Considere tomar una dosis baja de aspirina. Hable con su médico sobre los riesgos y beneficios.

Pídale a su médico que le tome el pulso para detectar una fibrilación auricular, un problema del ritmo cardíaco. Esto puede aumentar el riesgo de coágulos sanguíneos y ataque cerebral.

Siga una dieta sana para el cerebro. Consuma menos de 1,500 mg de sal al día (2/3 de una cucharita). Coma frutas y verduras altas en potasio, productos lácteos bajos en grasa y proteína magra.

Haga ejercicio regularmente. La meta es hacer 30 minutos de ejercicios aeróbicos moderados (como caminar rápidamente o andar en bicicleta) cinco días a la semana. El entrenamiento de resistencia también puede ayudar.

Vigile su cintura. La meta debe ser menos de 40 pulgadas para los hombres y 35 para las mujeres. Mantenga el índice de masa corporal (*body mass index*—BMI) a menos de 25. Vea el BMI en ConsumerReportsHealth.org/BMI.

Limite el consumo de alcohol a dos bebidas al día para los hombres y a una bebida al día para las mujeres.

Deje de fumar. O no comience a hacerlo.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe bajo su propio riesgo.

©2015 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la División Cerebrovascular de la Asociación Estadounidense de Cirujanos Neurológicos y el Congreso de Cirujanos Neurológicos (AANS/CNS). Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite

ConsumerHealthChoices.org/about-us/