

DIA MUNDIAL D AVC ²⁹ OUT

Em 2023, somos
#Maiorque > o AVC



Combatendo o AVC

INTRODUÇÃO



Em 29 de outubro, o Brasil se une ao restante do mundo para realizar um alerta internacional para os fatores de riscos do AVC – Acidente Vascular Cerebral e recomendações para prevenção, divulgando dados e estudos que esclareçam e informem sobre a importância do atendimento de urgência e emergência, assim como o socorro rápido e a necessidade da busca de centros de referências especializados para o atendimento à população.

No primeiro semestre deste ano, foram 50.291 vítimas fatais, número acima das mortes por infarto (47.368) e Covid-19 (6.702). Segundo dados do relatório Covitel 2023, a população brasileira se encontra hipertensa, diabética e com sobrepeso.

Dados impactantes que reforçam a necessidade de uma forte Campanha Nacional de prevenção, esclarecimento aproveitando o gancho do Dia Mundial do AVC para somar esforços com empresas, executivo e legislativo nacional, organizações não governamentais e sociedade civil.

Em 2023, somos

#Maiorque > o AVC

Para o mote em 2023, a campanha mundial traz o tema: Maior que o AVC, e passa a abordar especialmente a importância da aferição da pressão e fibrilação arterial como ponto de alerta ao risco do AVC, bem como estimular que locais públicos passem a contar com aparelhos para que as pessoas possam, em qualquer lugar, a qualquer hora, ter a pressão conferida e se necessário, buscar ajuda em um equipamento de saúde. O acompanhamento da pressão é fator crucial para prevenção e assistência adequada.

**Saiba reconhecer os sintomas,
não deixe que seja você!**




Assuma o controle: conheça e reduza os seus fatores de risco!

Controle a pressão arterial elevada, faça um check-up, deixe de fumar.

Tenha uma **vida ativa e uma alimentação saudável.**

Podemos prevenir até **90% dos AVCs, aprendendo a reconhecer os sinais e salvando vidas!**



PANORAMA

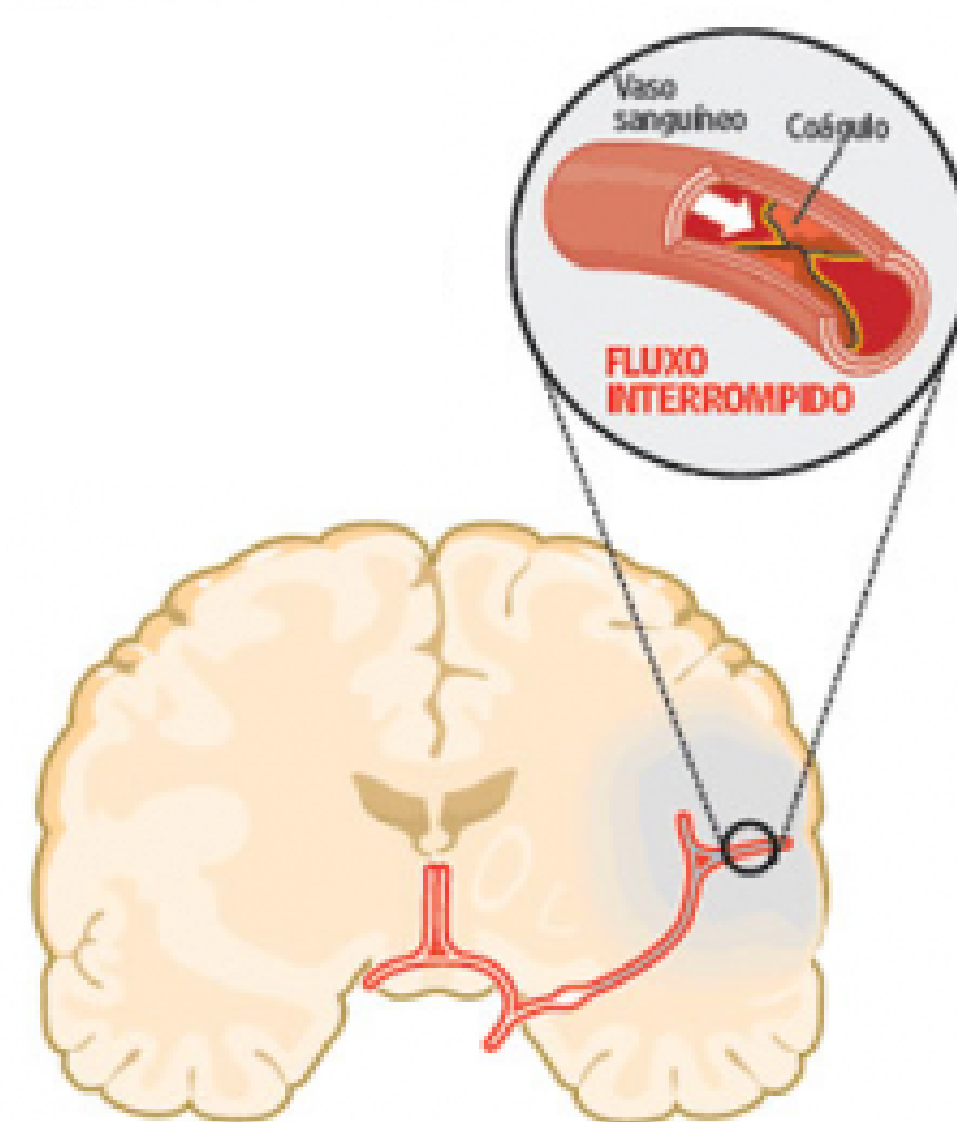
O que é um AVC?

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é o surgimento de um déficit neurológico súbito causado por um problema nos vasos sanguíneos do sistema nervoso central.

Tipos de AVC

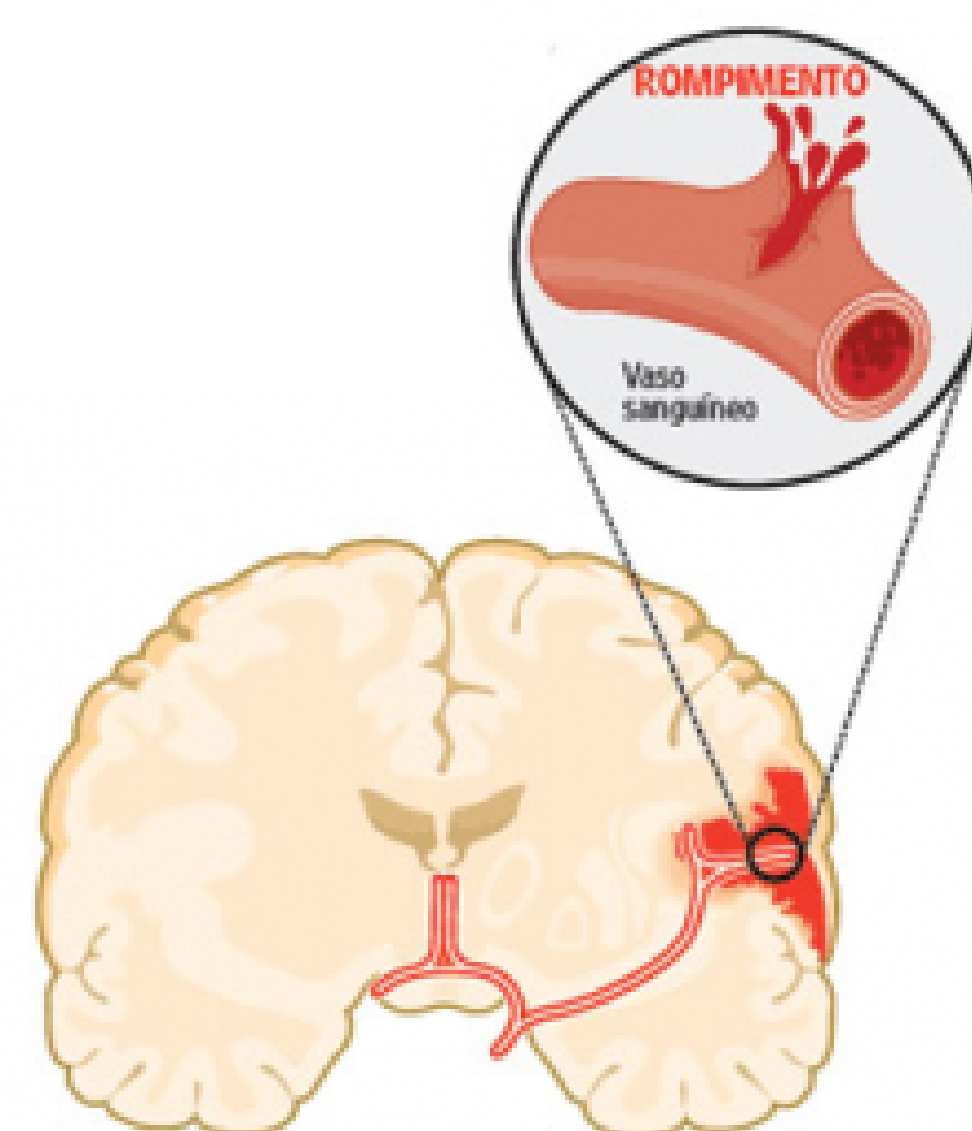
AVC Isquêmico

Obstrução ou redução brusca do fluxo sanguíneo em uma artéria cerebral, geralmente por um coágulo, causando falta de circulação no seu território vascular.



AVC Hemorrágico

Ruptura espontânea (não traumática) de um vaso, com extravasamento de sangue para o interior do cérebro (hemorragia intracerebral), para o sistema ventricular (hemorragia intraventricular) e/ou espaço subaracnóideo (hemorragia subaracnóidea).



SINAIS DE ALERTA

Como reconhecer um AVC

Observe o início súbito de qualquer um dos sintomas abaixo:

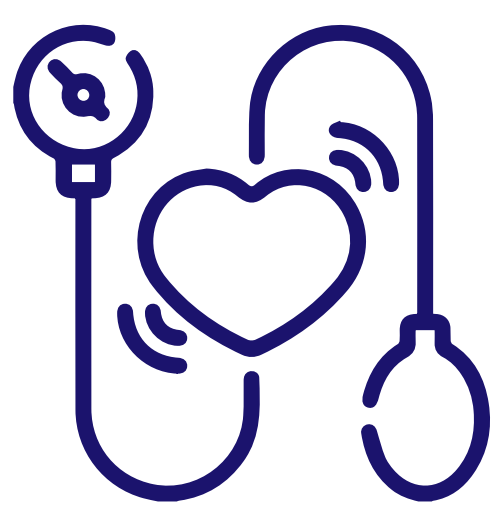
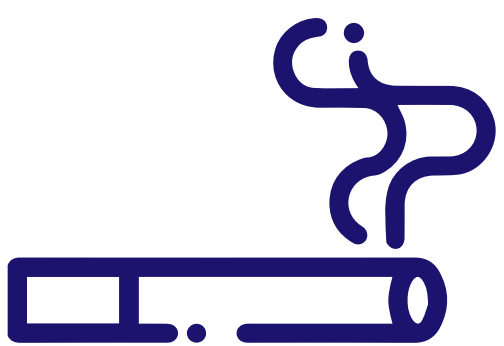
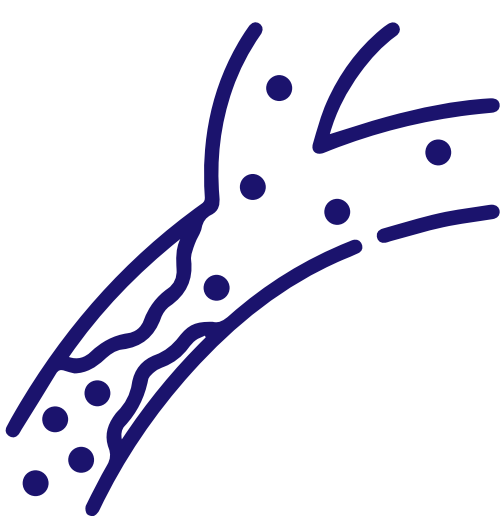
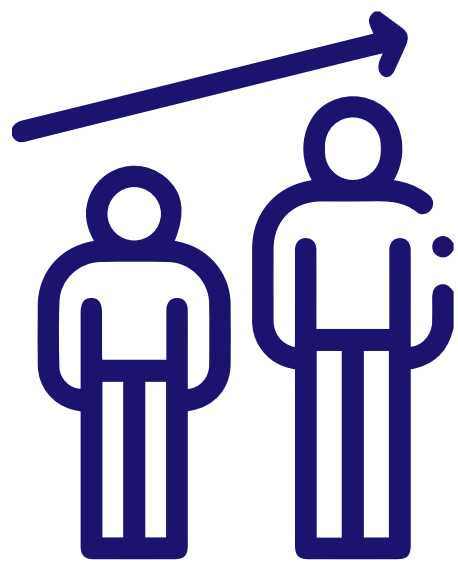
- Fraqueza ou formigamento na face, no braço ou na perna, especialmente em um lado do corpo;
- Confusão, alteração da fala ou compreensão;
- Alteração na visão (em um ou ambos os olhos);
- Alteração do equilíbrio, coordenação, tontura ou alteração no andar;
- Dor de cabeça súbita, intensa, sem causa aparente.

**Se você ou alguém que conheça estiver com sintomas
NÃO ESPERE MELHORAR, CORRA!**

Cada segundo é importante.

**LIGUE imediatamente para o número 192 (SAMU)
ou para o serviço de ambulância de emergência
para que possam enviar o atendimento a você.**

SINAIS DE ALERTA



Fatores de risco

Idade e sexo

Ainda que um AVC possa surgir em qualquer idade, inclusive entre crianças e recém-nascidos, sua incidência cresce à medida que avança a idade. Pessoas do sexo masculino e raça negra exibem maior tendência ao desenvolvimento de AVC.

História de doença vascular prévia

Quem já teve um AVC, ou uma "ameaça de AVC", ou outra doença vascular como o infarto (no coração) e a doença vascular obstrutiva periférica (estreitamento das artérias que alimentam as pernas diminuindo o fluxo de sangue), tem maior probabilidade de ter um AVC.

Doenças do coração

As doenças do coração, especialmente as que produzem arritmias (batimentos cardíacos desregulados), aumentam o risco de AVC. Infarto, fibrilação atrial, doença nas válvulas, cardiopatia chagásica (Doença de Chagas) aumentam o risco de AVC.

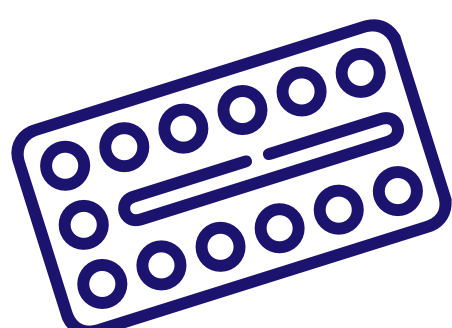
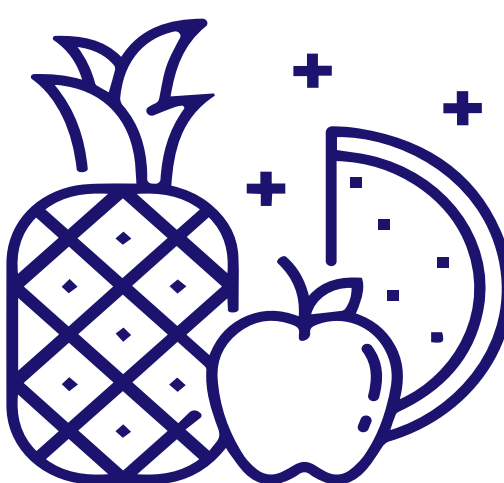
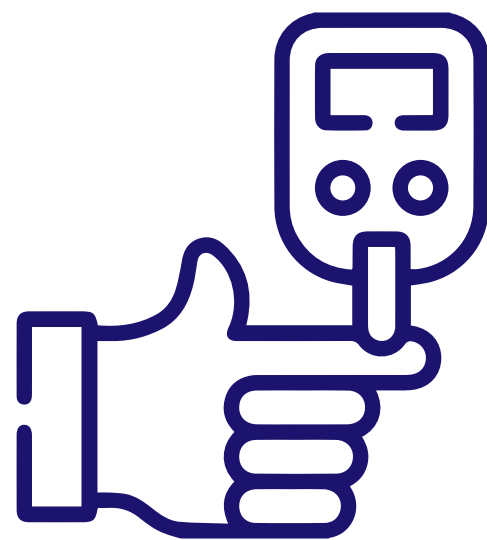
Tabagismo

O hábito de fumar é fortemente relacionado com o risco de AVC. As substâncias químicas presentes na fumaça do cigarro passam dos pulmões para a corrente sanguínea e circulam pelo corpo, afetando todas as células e provocando alterações no sistema circulatório.

Hipertensão arterial

A pressão média de uma pessoa saudável é de 120/80 mmHg ("12 por 8"). Quando a pressão está elevada, ela acaba lesionando os vasos sanguíneos do cérebro e pode causar um AVC.

SINAIS DE ALERTA



Fatores de risco

Diabetes

A diabetes é causada por uma deficiência do hormônio chamado insulina ou por uma resistência a ele. Um bom controle da diabetes com dieta adequada e medicamentos torna os problemas circulatórios menos comuns. Pessoas com diabetes devem cuidar atentamente dos níveis da pressão arterial.

Sedentarismo

A atividade física confere redução do risco de doença vascular. O sedentarismo leva ao aumento de peso, predispondo à hipertensão, diabetes, níveis inadequados de colesterol no sangue, todos fatores de risco para AVC já comentados.

A dieta e o colesterol

O excesso de gordura no sangue (dislipidemias), especialmente de colesterol, leva à formação de placas nas paredes das artérias. Isto as torna mais estreitas e reduz o fluxo sanguíneo, aumentando a chance de a pessoa ter um AVC. A obesidade deve ser controlada, principalmente por sua associação com a diabetes, inatividade física, hipertensão arterial e dislipidemias.

Álcool e drogas

O consumo excessivo de bebidas alcoólicas associa-se a grande aumento na incidência de AVC. O consumo rotineiro de álcool leva a hipertensão e níveis inadequados de colesterol no sangue – fatores de risco já citados. O uso de cocaína ou crack é capaz de gerar lesão arterial e picos hipertensivos, sendo associado ao desenvolvimento de AVC.

Anticoncepcional

O uso de pílulas anticoncepcionais pode favorecer o surgimento de AVC, principalmente em mulheres fumantes, ou com hipertensão arterial, ou com enxaqueca com aura.

O AVC PODE SER EVITADO

6 passos para reduzir o risco de AVC

1. Conheça os seus próprios fatores de risco: pressão alta, diabetes, colesterol alto;
2. Seja ativo e faça atividade física regularmente;
3. Mantenha uma dieta saudável rica em frutas e vegetais e com pouco sal, para se manter saudável e com pressão sanguínea baixa;
4. Limite o consumo de álcool;
5. Evite o hábito de fumar. Se você é fumante, procure ajuda e pare imediatamente;
6. Aprenda a reconhecer os sinais de alerta do AVC.

CONSUMO DO SAL

- O sal aumenta nossa pressão sanguínea;
- Quanto maior a nossa pressão sanguínea, maior nosso risco de um AVC;
- Os adultos devem consumir menos de 5g de sal ao dia;
- É importante que crianças não ingiram muito sal, pois a pressão sanguínea pode começar a aumentar na infância;
- A maioria do sal que consumimos está em alimentos do dia a dia como o pão, molho, queijo e carne processada, bem como o acréscimo de sal na mesa e durante o preparo dos alimentos.

DOENÇAS CARDÍACAS

Pessoas que sofreram um ataque cardíaco, que tenham diagnóstico de uma doença cardíaca ou tenham um ritmo cardíaco irregular devem ser acompanhadas regularmente nos serviços de saúde com o objetivo de evitar a ocorrência de um AVC.

O AVC PODE SER TRATADO



Tempo perdido é cérebro perdido

A partir do início dos sintomas, o tempo para tratar o AVC é limitado. Se você suspeitar que você ou alguém próximo a você está tendo um AVC, imediatamente:

Ligue para um serviço médico de emergência (192 SAMU). Vá para um hospital preparado para atender casos de AVC.

Mesmo que os sintomas desapareçam em poucos minutos, **NÃO ESPERE**, pois pode ser a última oportunidade para evitar um AVC potencialmente fatal. Cuidados hospitalares, medicações, cirurgia vascular e reabilitação são tratamentos importantes após o AVC.

HOSPITAIS PRÓXIMOS



Faça o download do app

Para localizar hospitais preparados para atender casos de AVC, baixe gratuitamente o app AVC Brasil, nas lojas de aplicativo App Store (Apple) e Google Play Store (Android). Nele você verá, por ordem de distância, os centros de AVC mais próximos, se são públicos ou privados e com o endereço e telefone.



Escaneie o QR Code em seu celular para download e mais informações

ACOMPANHAMENTO APÓS O AVC

AVC é a principal causa de incapacidade em adultos no mundo

Pessoas que tiveram um AVC necessitam de acompanhamento a longo prazo e monitorização para garantir que eles tenham estratégias preventivas e controle adequado dos fatores de risco, além de terapia dirigida para otimização de suas atividades de vida diária, mobilidade, espasticidade, dor, continência, comunicação, humor e cognição.

Apoio psicológico e emocional

Sobreviventes de um AVC podem sofrer de depressão e podem ser menos capazes de seguir os protocolos de tratamento e reabilitação, além de ter uma maior tendência à irritabilidade. Para facilitar a reabilitação é essencial que ele tenha acesso a ajuda profissional, bem como receba apoio emocional contínuo de seus familiares e amigos.

CRIANÇAS

Conheça a iniciativa Heróis Fast, que tem como objetivo conscientizar e educar crianças sobre os sinais do AVC e a necessidade de uma ação rápida para o socorro.

De maneira lúdica e didática, os conteúdos disponibilizados ensinam crianças e difundem o conhecimento para toda a família. O atendimento rápido de qualidade salva vidas e a “missão de salvar avós” pode ser um grande aprendizado para seu filho.

Pais e educadores podem se engajar na campanha, usar material didático como livros eletrônicos e jogos.

Acesse:

<https://br-pt.fastheroes.com/>



RESSALTAMOS AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE:

Se houver rapidez no atendimento, até 4 horas e meia, um medicamento que dissolve o coágulo pode ser dado aos pacientes com AVC isquêmico, o tipo mais comum, diminuindo a chance de sequelas.

Um breve período inicial de internação na fase aguda do AVC é indispensável, onde já deve-se iniciar o processo de reabilitação interdisciplinar e a prevenção secundária. Porém, após a alta, o paciente já deve ser inserido em um programa de reabilitação com o objetivo de atingir a independência para as atividades da vida diária em um prazo de 3 meses.

Cuidados Hospitalares

A trombólise (tratamento de dissolução do coágulo) é uma importante opção para alguns pacientes e depende criticamente do tempo de espera para o tratamento. Pode ser dado até 4 horas e 30 minutos após o início do AVC, mas quanto mais precoce o tratamento for administrado, melhor é o seu efeito.

A trombectomia mecânica (cateterismo cerebral) pode desobstruir a circulação nos casos de AVC até 8 horas do início dos sintomas e, em casos especiais, até 24 horas do início.

Rede Nacional de Atendimento ao AVC

Pessoas com AVC tem maior probabilidade de sobreviver e obter melhores resultados funcionais se forem admitidas em unidades de AVC, formadas por médicos, enfermeiras e vários tipos de terapeutas experientes.

Hospitais sem especialistas serão auxiliados por centros de excelência no atendimento do AVC, com a utilização de telemedicina para a avaliação do paciente e da tomografia de crânio.

Com a publicação da Portaria GM/MS nº 665, de 12 de abril de 2012 (revogada pela Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017) e posteriormente com a Portaria GM/MS nº 800, de 17 de junho de 2015, o Ministério da Saúde lançou um conjunto de medidas para ampliar a assistência no Sistema Único de Saúde (SUS) aos pacientes acometidos pelo Acidente Vascular Cerebral (AVC), dispondo os critérios de habilitação dos estabelecimentos hospitalares como Centros de Atendimento de Urgência aos Pacientes com Acidente Vascular Cerebral (AVC), instituindo o respectivo incentivo financeiro e aprovando a Linha de Cuidados em AVC (leia mais sobre os critérios para a habilitação dos estabelecimentos hospitalares como Centro de Atendimento de Urgência tipo I, II ou III em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/saips/manual-saips-avc-220916.pdf>). Entre em contato pelo e-mail contato@redebrasilavc.org.br.

Na página <http://www.redebrasilavc.org.br/profissionais-da-saude/>, o profissional de saúde encontra informações sobre: definição e critérios para centros de AVC, Rede Nacional de Atendimento ao AVC, Manual de Rotinas para Atenção ao AVC, e outras informações importantes.

IMPRENSA

Jornalistas, as reportagens sobre o tema são de extrema relevância para incentivar a rápida procura pelo serviço de emergência ao observar os primeiros sintomas. A orientação da população e dos profissionais de saúde para o socorro ágil pode salvar vidas.

Pensar rápido ao primeiro aparecimento dos sintomas é de extrema importância. O AVC é uma emergência médica e pode surgir em qualquer idade, inclusive entre crianças e recém-nascidos.

Estimule o tema, consulte especialistas da área de saúde, consulte a incidência na sua região. Procure os equipamentos de saúde, indique quais são as portas de entrada do sistema, conforme orientação contida nesse manual.

Uma responsabilidade de todos, disseminar as informações corretas e seguras sobre o tema. Consulte nossos releases para imprensa, estamos à disposição para auxiliá-los.

Fale com a assessoria de imprensa da Campanha Combatendo o AVC:

Carolina Fagnani – carolina@predicado.com.br (11) 991445585 – WhatsApp

Vanessa de Oliveira – vanessa@predicado.com.br (11) 975290140 – WhatsApp

GALERIA DE VÍDEOS



Conscientização sobre AVC – Bate Papo com Dr. Drauzio Varella e a neurologista Dra. Sheila Martins



Sintomas do AVC – Saiba reconhecer!



Quais são os sintomas do AVC?



Quais são as sequelas que um AVC pode causar?

FONTES



Rede Nacional de Atendimento ao AVC

Com a finalidade de modificar o grande impacto econômico e social do AVC no Brasil, a Coordenação Geral de Urgência e Emergência do Ministério da Saúde iniciou em 2008 a organização da Rede Nacional de Atendimento ao AVC, coordenada pela Dra. Sheila Martins, com hospitais sendo capacitados em todos o país e interligados pelo SAMU para rápido reconhecimento e direcionamento do paciente ao hospital preparado.

www.redebrasilavc.org.br



Saiba quem é a WSO – World Stroke Organization

A Organização Mundial de AVC (World Stroke Organization -WSO) é uma associação médica sem fins lucrativos, que trabalha para aumentar a conscientização sobre a prevenção e o tratamento do AVC e é a idealizadora da campanha anual para intensificar a consciência global sobre a luta contra o AVC.

www.world-stroke.org

Comitê da Campanha Combatendo o AVC

Sheila Martins

Presidenteda WSO, Coordenadora da Campanha Mundial na WSO
Presidente da Rede Brasil AVC, HCPA, HMV

Maramelia Miranda Alves

Presidente da Soc. Bras. de Doenças Cerebrovasculares

Octávio Marques Pontes Neto

Diretoria Rede Brasil AVC, Professor da FAMED USP –
Ribeirão Preto

Gisele Sampaio Silva

Diretoria Rede Brasil AVC, Professora da FAMED UNIFESP,
Albert Einstein

Luciana Neves

Membro do Comitê da Campanha Mundial WSO, Hospital
São Carlos, Fortaleza

Letícia Costa Rebello

Neurologista, Vice-Presidente da Soc. Bras. de Doenças
Cerebrovasculares, Hospital de Base Brasília

Rodrigo Bazan

UNESP Botucatu, Soc. Bras. de Doenças Cerebrovasculares

Jamary Oliveira Filho

Diretoria Rede Brasil AVC, UFBA

Magda Carla Martins

Psicóloga, Rede Brasil AVC

Leonardo Augusto Carbonera

Neurologista, Rede Brasil AVC

Ana Claudia de Souza

Neurologista, Rede Brasil AVC

Liliana Mora Cuervo

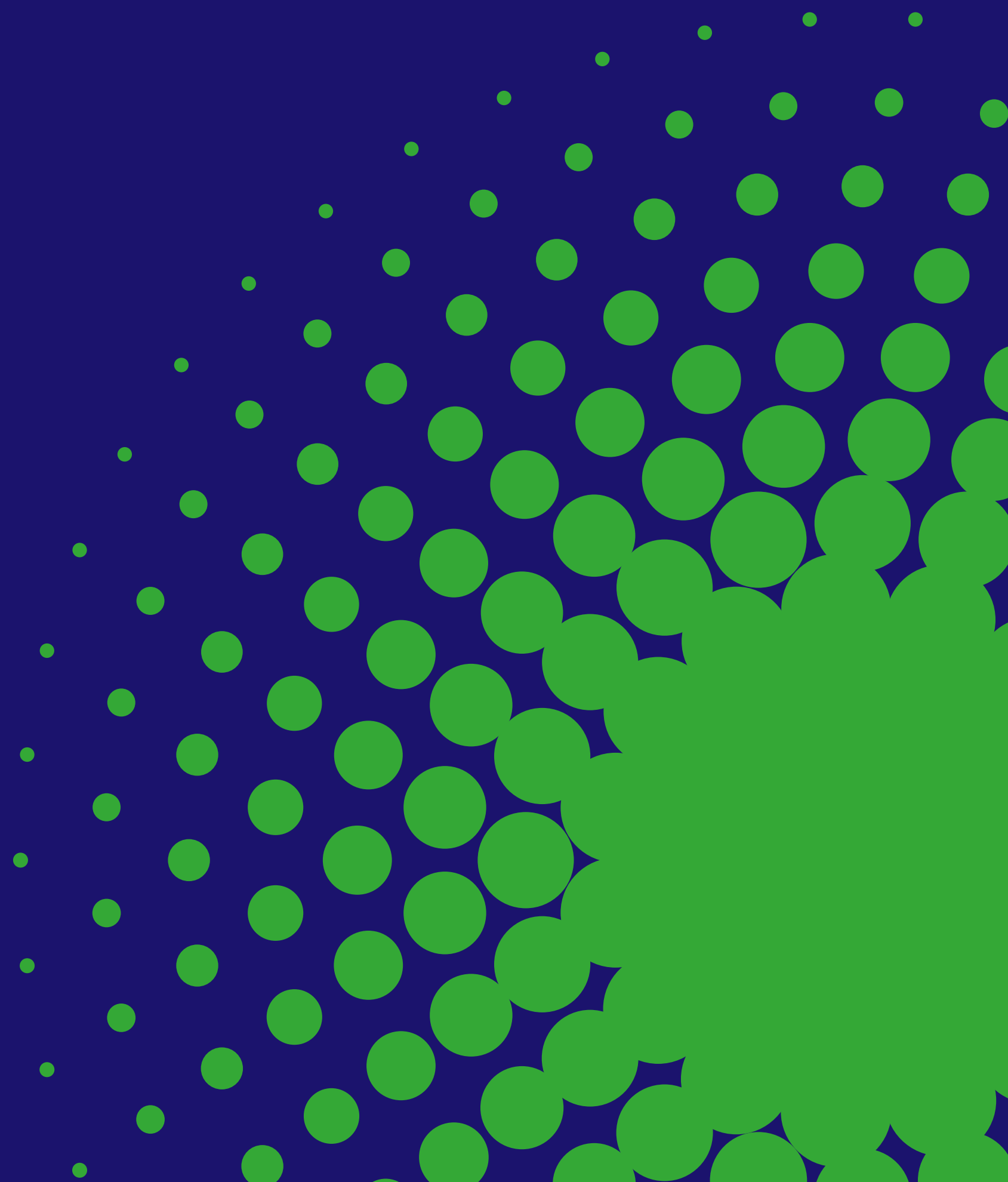
Neurologista, Rede Brasil AVC

Tony Fabián Álvarez Guzmán

Neurologista, Rede Brasil AVC

Franciele Pereira

Médica, Rede Brasil AVC



COMBATENDO O AVC

Conheça a Campanha Combatendo o AVC, compartilhe nos grupos, engaje, poste, espalhe, impulsione e viralize informações para o atendimento de urgência e emergência adequado do AVC.

**Vamos gerar um movimento de ação coletiva
que estimule a circulação de informações corretas.**

Visite o site

www.combatendooavc.com.br

Formadores de opinião, influenciadores digitais, artistas, médicos, professores e agentes comunitários: engaje-se nessa ação que promove o esclarecimento, combate as fake news e preserva vidas.

Hospitais e clínicas, façam parte dessa corrente, seus canais de comunicação são fundamentais na disseminação de informações sobre o tema. Consultem nossa equipe e sejam agentes da Campanha Combatendo o AVC.

Se for responsável por uma empresa ou instituição, nos contate e saiba como fazer parte dessa ação: contato@redebrasilavc.org.br

Siga as redes sociais da Rede Brasil AVC
e compartilhe nossas informações em suas redes.

DIA MUNDIAL DO AVC ²⁹OUT

Em 2023, somos
#Maiorque>oAVC



Combatendo o AVC

Realização



Combatente do AVC

