

# O que é um AVC ?

O AVC acontece quando um vaso no cérebro rompe ou fica bloqueado por um trombo

## AVC ISQUÉMICO

Bloqueio



## AVC HEMORRÁGICO

Rompimento



## AVC - SINAIS DE ALARME

### 3F's

#### FACE

Face descaída



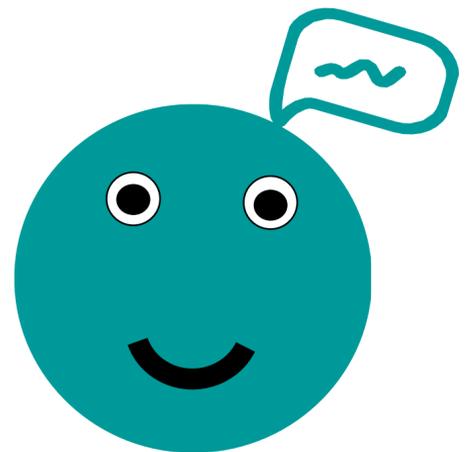
#### FORÇA

Diminuição da força no braço



#### FALA

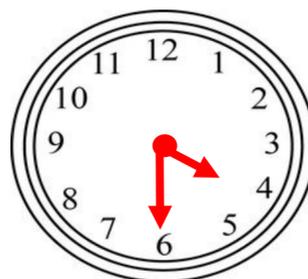
Dificuldade na fala



**LIGAR  
112**



**TEMPO É CÉREBRO**



**O TRATAMENTO É TANTO MAIS EFICAZ QUANTO MAIS CEDO FOR INICIADO.**

**PERDA DE TEMPO SIGNIFICA MENOR PROBABILIDADE DE RECUPERAÇÃO.**

Unidade AVC

Centro Hospitalar Universitário de S. João

# AVC - DADOS

- ❖ **A cada 6 segundos alguém morre de AVC**
- ❖ **AVC é a primeira causa de morte e incapacidade em Portugal**
- ❖ **1 em cada 6 pessoas sofrerá um AVC durante a sua vida**
- ❖ **Cerca de 80% dos AVC podem prevenir-se**

## COMO PREVENIR



**Controlar a pressão arterial**



**Manter atividade física regular**



**Dieta saudável (frutas/legumes, baixo teor de sal)**



**Controlar colesterol**



**Controlar Peso**



**Não Fumar**



**Reduzir ingestão de álcool**



**Vigiar ritmo cardíaco**



**Controlar Glicemia**



**SPMI**  
Sociedade Portuguesa  
de Medicina Interna



**NEDVC**  
NÚCLEO DE ESTUDOS DA  
DOENÇA VASCULAR CEREBRAL