

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jul 24, 2020

Accidente cerebrovascular causado por un coágulo sanguíneo: prevención de otro accidente cerebrovascular

Si ha tenido un accidente cerebrovascular causado por un coágulo de sangre, es posible que le preocupe tener otro. Pero existen tratamientos que pueden reducir la probabilidad de que esto suceda.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son adecuados para usted.

Qué es un derrame cerebral?

Un accidente cerebrovascular ocurre cuando se interrumpe el suministro de sangre a una parte del cerebro. Es extremadamente peligroso. Si las células cerebrales pasan demasiado tiempo sin un suministro de sangre, morirán.

Hay dos causas principales de un accidente cerebrovascular.

- Los accidentes cerebrovasculares hemorrágicos son causados por la rotura de un vaso sanguíneo en el cerebro.
- Los accidentes cerebrovasculares isquémicos ocurren cuando un coágulo de sangre se atasca en un vaso sanguíneo del cerebro y bloquea el flujo de sangre. La información de este prospecto se refiere a los accidentes cerebrovasculares isquémicos.

También es posible tener lo que se llama un mini derrame cerebral. Un mini accidente cerebrovascular ocurre cuando el suministro de sangre al cerebro se interrumpe durante unos minutos. Los médicos lo llaman ataque isquémico transitorio o AIT.

Si ha tenido un accidente cerebrovascular o un mini accidente cerebrovascular antes, aumenta sus probabilidades de tener otro. Es posible que corra un mayor riesgo si:

- Tienes más de 75 años
- tiene insuficiencia cardíaca, diabetes o presión arterial alta

Accidente cerebrovascular causado por un coágulo sanguíneo: prevención de otro accidente cerebrovascular

- Tienes un tipo de latidos cardíacos irregulares llamado fibrilación auricular.

Qué tratamientos ayudan a prevenir un accidente cerebrovascular?

Su médico le sugerirá que tome medicamentos para reducir la probabilidad de sufrir otro accidente cerebrovascular. Algunas personas también podrían beneficiarse de la cirugía.

Su médico también le sugerirá algunos cambios en su estilo de vida para ayudarlo a mantenerse saludable.

medicamentos

Es probable que su médico le recomiende que tome un tipo de medicamento llamado **antiplaquetario**.

Las plaquetas son pequeños discos en la sangre que se unen para formar costras sobre las heridas cuando tienes una lesión. Los medicamentos antiplaquetarios ayudan a reducir la probabilidad de sufrir otro accidente cerebrovascular al evitar que estas plaquetas se agrupen para formar coágulos en los vasos sanguíneos.

Hay varios medicamentos que tu médico puede recetarte, en parte dependiendo de si tienes otros problemas cardíacos o de circulación. Pero todos funcionan de manera similar. Dos de los que quizás hayas oído hablar son la aspirina y el clopidogrel.

Un efecto secundario de estos medicamentos es que pueden hacer que sangre más fácilmente. Existe una pequeña posibilidad de que esto pueda causar un sangrado peligroso dentro de su cuerpo (sangrado interno). Pero si ha sufrido un accidente cerebrovascular, es muy probable que los beneficios de estos medicamentos superen los riesgos.

Tomar un medicamento llamado **estatina** también puede reducir la probabilidad de sufrir otro accidente cerebrovascular. Las estatinas actúan reduciendo los niveles de colesterol

El colesterol es una sustancia grasa que se encuentra en la sangre. Algo de colesterol es necesario para una buena salud, pero si tiene demasiado de un tipo específico de colesterol, puede provocar la obstrucción de los vasos sanguíneos.

Las estatinas pueden causar efectos secundarios en algunas personas, como problemas hepáticos o musculares. Informe a su médico si nota algún dolor o debilidad muscular o cualquier síntoma nuevo.

Qué pasa si tengo latidos cardíacos irregulares?

Algunas personas que han tenido un accidente cerebrovascular tienen un tipo de latidos cardíacos irregulares llamado fibrilación auricular. Si tiene fibrilación auricular, el tratamiento que necesita para prevenir otro accidente cerebrovascular será ligeramente diferente.

Un latido cardíaco irregular puede significar que la sangre se acumula en el corazón y forma coágulos. Si un coágulo viaja al cerebro, puede causar un accidente cerebrovascular. Por

Accidente cerebrovascular causado por un coágulo sanguíneo: prevención de otro accidente cerebrovascular

lo tanto, es probable que su médico le sugiera que tome un **anticoagulante** para ayudar a prevenir la formación de coágulos de sangre de esta manera.

Un anticoagulante del que quizás hayas oído hablar es la warfarina. Pero hay varios medicamentos más nuevos que hacen el mismo trabajo. El tratamiento que le sugiera su médico dependerá de cuál crea que se adaptará mejor a usted y a su estilo de vida.

Un efecto secundario de los anticoagulantes es que pueden hacer que sangre más fácilmente. Esto podría provocar una hemorragia interna peligrosa.

Si está tomando warfarina, se le harán análisis de sangre regulares para asegurarse de que está tomando la dosis correcta. Es posible que deba ajustar su dosis según los resultados de la prueba. Esto reduce la posibilidad de sufrir efectos secundarios y garantiza que esté recibiendo el tratamiento más eficaz. Los anticoagulantes más nuevos no requieren tantas pruebas.

Cirugía

El médico podría recomendar una cirugía si tienes un cierto nivel de obstrucción en la arteria carótida del cuello. Una operación llamada **endarterectomía carotídea** puede eliminar esta acumulación de grasa de las arterias del cuello (que son las arterias que llevan sangre al cerebro).

Si se somete a esta operación, se le administrará anestesia general para que se duerma. Luego, un cirujano hace pequeños cortes en los vasos sanguíneos principales del cuello y elimina cualquier obstrucción.

Es una operación seria y, como todas las cirugías, tiene riesgos. Tampoco es apto para todo el mundo. Por ejemplo, para algunas personas, podría aumentar su probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular. Hable con su médico acerca de si la cirugía podría ser adecuada para usted.

Otra operación llamada **colocación de un stent en la arteria carótida** a veces se usa para ayudar a prevenir otro accidente cerebrovascular. Para ello se utiliza un tubo con un pequeño globo en el extremo. El tubo se pasa a través de los vasos sanguíneos y el globo se infla para ensanchar cualquier obstrucción.

Esta operación es bastante nueva, por lo que no sabemos tanto sobre su eficacia como sobre la endarterectomía.

Qué puedo hacer para ayudarme a mí mismo?

Hacer cambios en su estilo de vida puede ayudar a reducir su nivel de colesterol y ayudarlo a estar más saludable en general.

Es probable que su médico le aconseje que haga varias cosas. Sin embargo, aún tendrá que tomar los medicamentos que le haya recetado su médico.

Se recomienda encarecidamente a todas las personas que hayan sufrido un accidente cerebrovascular que **hagan ejercicio** varias veces a la semana para reducir la posibilidad de otro accidente cerebrovascular.

Accidente cerebrovascular causado por un coágulo sanguíneo: prevención de otro accidente cerebrovascular

Si ha quedado parcialmente discapacitado por un accidente cerebrovascular, o si ha perdido algo de movilidad, su médico debe derivarlo a un fisioterapeuta u otro especialista para ayudarlo a recuperar la mayor cantidad de movimiento posible.

Si tienes sobrepeso, es una buena idea tratar de llegar a un peso más saludable. Hacer algo de actividad física puede ayudar. Hacer al menos 30 minutos de ejercicio la mayoría de los días es un buen objetivo.

Trata de elegir una actividad que te haga sentir cálido y un poco sin aliento. Muchas personas descubren que caminar a paso ligero es lo más conveniente que pueden hacer. Pero el tipo de ejercicio que puedes hacer dependerá de cómo te haya afectado tu accidente cerebrovascular, especialmente al principio.

Es posible que desee hablar con su médico sobre qué tipos de ejercicio son los más seguros y mejores para usted.

Si fuma su médico le aconsejará encarecidamente que deje de fumar o al menos que intente fumar menos. Fumar daña los vasos sanguíneos y aumenta la probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular. Su médico o farmacéutico pueden ayudarlo a dejar de fumar.

(Para obtener más información sobre cómo ayudar a dejar de fumar, consulte nuestro folleto sobre *Cómo dejar de fumar*).

También es importante llevar una **dieta saludable** que incluya muchas frutas y verduras frescas. Trate de mantener el azúcar, los alimentos procesados y la comida chatarra al mínimo.

Si tienes otra afección médica, como presión arterial alta o un problema cardíaco, trata de asegurarte de que esté bajo control. No tomar sus tratamientos para otras afecciones podría aumentar su probabilidad de sufrir otro accidente cerebrovascular.

Dónde puedo obtener más ayuda?

Muchas personas que sufren un accidente cerebrovascular reciben rehabilitación en un centro especializado en accidentes cerebrovasculares. Esto puede ayudarlo a recuperarse si ha perdido algo de movilidad o tiene problemas para comunicarse.

Algunas personas se deprimen después de sufrir un accidente cerebrovascular. Si comienzas a sentirte deprimido, no te lo guardes para ti. La depresión puede retrasar su recuperación. Dígaselo a su médico y a cualquier persona que lo esté cuidando. Hay tratamientos que pueden ayudar.

Sufrir un derrame cerebral puede significar hacer grandes cambios en su vida. Es posible que le resulte útil hablar con personas que hayan estado en una situación similar. O, si está cuidando a un familiar que ha sufrido un accidente cerebrovascular, es posible que sienta que necesita más consejos y apoyo. Su médico puede aconsejarle y ponerle en contacto con organizaciones que puedan ayudarlo.

Por ejemplo, en el Reino Unido, la Stroke Association es una organización benéfica que ofrece información y apoyo a las personas que han sufrido un accidente cerebrovascular y a sus familias. Puede obtener más información en su sitio web (stroke.org.uk).

Accidente cerebrovascular causado por un coágulo sanguíneo: prevención de otro accidente cerebrovascular

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

