

# COMO EVITAR O ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL - AVC

O MELHOR  
PREVENÇÃO  
REMÉDIO É A



## Lembre-se:

É fundamental consultar um profissional de saúde, realizar os exames regularmente e não interromper os medicamentos por conta própria!

PROCURE SUA UBS

**FMS**  
Fundação Municipal  
de Saúde



Prefeitura de  
**Teresina**

[www.fms.teresina.pi.gov.br](http://www.fms.teresina.pi.gov.br)  
[www.susteresina.com.br](http://www.susteresina.com.br)  
[facebook/fmsteresina](https://facebook.com/fmsteresina)

## VOCÊ SABIA ?

ATÉ 90% DOS CASOS DE AVC  
PODEM SER PREVENIDOS!



O Acidente Vascular Cerebral - AVC, ou derrame cerebral, ocorre quando os vasos que levam sangue ao cérebro ficam entupidos ou se rompem, provocando a paralisia da área cerebral que não recebeu sangue adequado.

## EXISTEM DOIS TIPOS DE AVC:

- ❖ **Isquêmico:** quando os vasos que levam sangue ao cérebro ficam entupidos.
- ❖ **Hemorrágico:** quando há rompimento de um vaso, provocando sangramento no cérebro.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde - OMS, o Acidente Vascular Cerebral (AVC) é a terceira maior causa de morte natural no mundo, atrás apenas do câncer e do infarto. O AVC é a primeira causa de morte entre adultos no Brasil, com cerca de 100 mil óbitos ao ano.

## COMO VOCÊ PODE PREVENIR O AVC:

- ❖ Controle da pressão arterial
- ❖ Prática de exercícios físicos moderados
- ❖ Dieta saudável com mais frutas, verduras e menos sal
- ❖ Não fumar e evitar exposição ao tabaco
- ❖ Redução da ingestão de bebidas alcoólicas

## APRENDA OS SINAIS DO AVC. ISTO PODE SALVAR VIDAS.



**Boca torta:**  
peça para a pessoa  
dar um sorriso

**Perda de força:**  
peça para pessoa  
levantar os braços

**Dificuldade na fala:**  
peça para pessoa  
repetir uma frase

## AJA RÁPIDO. TEMPO PERDIDO É CÉREBRO PERDIDO.

CASO A PESSOA NÃO CONSIGA REALIZAR ESSAS  
TAREFAS, LIGUE IMEDIATAMENTE PARA O SAMU: 192.

