



# *Combatendo o AVC*

## **O AVC NÃO FICA EM CASA**



[combatendooavc.com.br](http://combatendooavc.com.br)

[f /CampanhaAVC](https://www.facebook.com/CampanhaAVC)

[t @redebrasilavc](https://twitter.com/redebrasilavc)

[i @redebrasilavc](https://www.instagram.com/redebrasilavc)

## INTRODUÇÃO



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

Em 2021, imersos na pandemia da Covid-19, não podemos esperar pelo mês de outubro e estamos começando com várias ações. Com medo da exposição ao vírus, muitas pessoas hesitam em buscar atendimentos de saúde, esperando mais tempo para buscar auxílio, o que pode acarretar sequelas graves, irreversíveis, e em muitos casos, óbito.

Com sinais e sintomas de AVC, você não pode esperar em casa. Cada minuto conta e pode salvar vidas, preservando memória, movimento, fala e assegurando qualidade de vida após o AVC.

**Saiba como se engajar nesse movimento e não perca tempo para orientar e salvar quem você ama.**

## **PÚBLICO-ALVO**

### **População geral, crianças, imprensa e profissionais de saúde.**

O AVC é uma das principais causas de morte e incapacidade em todo o mundo. A cada ano, 13,7 milhões de pessoas tem um AVC no mundo, 5,5 milhões morrem e, atualmente, existem 80 milhões de sobreviventes de AVC. Com medidas de prevenção adequadas, 90% dos casos podem ser evitados.

Um em cada 4 de nós terá um AVC ao longo da vida. A doença pode acontecer com qualquer pessoa, em qualquer idade, a qualquer hora e em qualquer lugar.

Tempo é fundamental no reconhecimento dos sinais de alerta do AVC para que o paciente possa ter acesso a um rápido tratamento de urgência em centro especializado, o que diminui as chances de sequelas e o risco de morte.

Diante da pandemia pela COVID-19, é importante que sigamos todos os protocolos para o combate à doença. Caso estejamos diante de sinais de alerta do AVC, devemos procurar ajuda, ligando para o SAMU 192.

Para que tenhamos ações efetivas, é necessário aumentar a conscientização da população sobre o que é a doença e os seus impactos negativos para os pacientes e toda a sociedade. Sendo assim, é muito importante buscar o engajamento de diversos setores da sociedade, divulgar informações de qualidade, disponibilizar ferramentas de prevenção à população e orientar que o tratamento é tempo-dependente e pode salvar vidas.

## PANORAMA

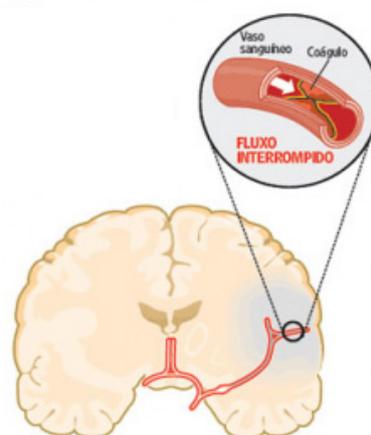
### O que é um AVC?

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

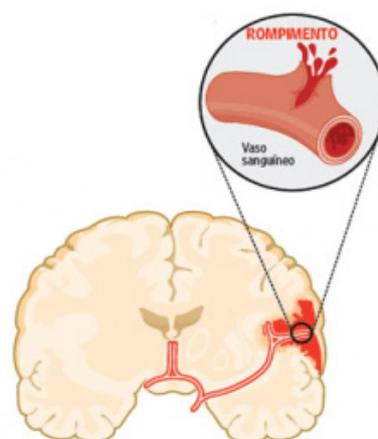
#### AVC Isquêmico

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.**

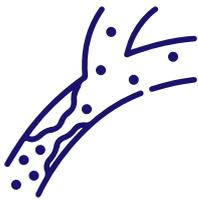
**LIGUE imediatamente para o número 192 (SAMU)  
ou para o serviço de ambulância de emergência  
para que possam enviar o atendimento a você.**

## FATORES DE RISCO



### Idade e sexo

Ainda que um AVC possa surgir em qualquer idade, inclusive entre crianças e recém-nascidos, 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 derrame”, 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

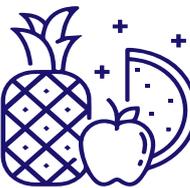
O hábito de fumar é fortemente relacionado com o risco para AVC. As substâncias químicas presentes na fumaça do cigarro passam dos pulmões para a corrente sanguínea e circulam pelo corpo, afetando todas as células e provocando alterações no sistema circulatório.



### 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.

## 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.

### Obesidade

Quase 1/5 de todos os AVCs estão relacionados ao sobrepeso e obesidade. Manter um peso saudável pode reduzir o risco.

### Depressão e stress

Administrar o stress, depressão e ansiedade pode reduzir o risco de AVC.

## 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 e arritmia cardíaca;
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 5 g 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 suspeitar que você ou alguém próximo 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, procedimentos 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

### O 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 (endurecimento do corpo), dor, continência (controle da urina e fezes), comunicação, humor e memória.

### 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 e 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 4h e 30 minutos após o início do AVC, mas quanto mais precoce o tratamento é administrado, melhor é o seu efeito.

A trombectomia mecânica (cateterismo cerebral) pode desobstruir a circulação em casos de AVC mais grave 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 têm 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.

Atualmente, desde a portaria publicada pelo Ministério da Saúde em 12 de abril de 2012 (665) a Rede Nacional de Atendimento ao AVC segue sendo organizada pelo Ministério da Saúde em todo o Brasil, com recurso para custeio da equipe nos hospitais públicos habilitados como Centro de Referência tipo II e III (leia mais sobre a definição dos tipos de hospitais do Ministério da Saúde). Para saber mais como habilitar o seu hospital, leia a portaria 665, entre em contato pelo e-mail [contato@combatendooavc.com.br](mailto:contato@combatendooavc.com.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 o número de casos em 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

[acessar](#)



Sintomas do AVC - Saiba reconhecer!

[acessar](#)



Quais são os sintomas do AVC?

[acessar](#)



Quais são as sequelas que um AVC pode causar?

[acessar](#)

## FONTES



### **Rede Nacional de Atendimento ao AVC**

Com a finalidade de auxiliar o Ministério da Saúde neste processo, foi fundada em 2008 a Rede Brasil AVC com especialistas dedicados a trabalhar na elaboração e implementação do programa que culminou na publicação das portarias do Ministério da Saúde que hoje regulam o atendimento de urgência do AVC no Brasil.

A Rede Brasil AVC é uma organização não governamental com a finalidade de melhorar a assistência global ao paciente com AVC em todo o país. Atualmente é formada por profissionais de diversas áreas que, unidos, lutam para diminuir o número de casos da doença, melhorar o atendimento pré-hospitalar e hospitalar ao paciente, melhorar a prevenção ao AVC, propiciar a reabilitação precoce e reintegração social.

[www.redebrasilavc.org.br](http://www.redebrasilavc.org.br)



### **Saiba quem é a WSO – World Stroke Organization**

A Organização Mundial de AVC (World Stroke Organization -WSO) é o único órgão global voltado exclusivamente para o AVC. Filiada à Organização Mundial de Saúde, tem cerca de 3.000 membros individuais e 90 membros de Sociedade de todas as regiões do mundo, representando mais de 55.000 especialistas em AVC. A WSO é uma associação sem fins lucrativos, que trabalha para aumentar a conscientização sobre a prevenção, o tratamento e a reabilitação do AVC. E é a idealizadora da campanha anual para intensificar a consciência global sobre a luta contra o AVC.

[www.world-stroke.org](http://www.world-stroke.org)

# Comitê da Campanha Combatendo o AVC

## Sheila Martins

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

## Marcos Lange

Presidente da Soc. Bras. de Doenças Cerebrovasculares, HC Curitiba

## 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, Secretária da Soc. Bras. de Doenças Cerebrovasculares, Hospital de Base Brasília

## Maramélia Miranda-Alves

Tesoureira da Soc. Bras. de Doenças Cerebrovasculares

## 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 Cláudia 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

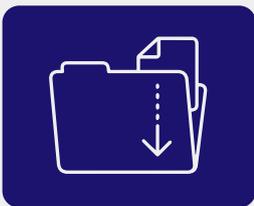
Conheça a Campanha Combatendo o AVC, compartilhe nos grupos, engaje, poste, espalhe, impulse e viralize informações para o atendimento de urgência do AVC.

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

Em 2021 vamos dividir a Campanha em duas fases. Nesse momento é não esperar para buscar ajuda especializada, mesmo durante a pandemia da Covid-19.

Visite o site

[www.combatendooavc.com.br](http://www.combatendooavc.com.br)



acessar

Baixe nosso **Guia com Kit de Peças** (posts, filtros, vídeos e outros) para veicular informações sobre a campanha.

**Formadores de opinião, influenciadores digitais, artistas, médicos, professores e agentes comunitários:** engajem-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@combatendooavc.com.br](mailto:contato@combatendooavc.com.br).

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

[combatendooavc.com.br](http://combatendooavc.com.br)

 /CampanhaAVC

 @redebrasilavc

 @redebrasilavc

## Realização



## Apoio



## Combatentes do AVC



## Suporte



## Gerenciamento

