



SOCIEDAD ANDALUZA  
DE ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR

### **NOTA DE PRENSA**

*29 de octubre, Día Mundial del Ictus*

## **MÁS DE 1.200 ALMERIENSES SUFREN AL AÑO UN ICTUS Y HASTA UN 30% SE DEBEN A LA ESTENOSIS CAROTÍDEA, EL ESTRECHAMIENTO DE LA PRINCIPAL ARTERIA QUE ABASTECE DE SANGRE AL CEREBRO POR ACUMULACIÓN DE GRASA Y COLESTEROL**

- Desde la Sociedad Andaluza de Angiología y Cirugía Vasculard se recomienda seguir hábitos de vida saludables para prevenir un cuadro vascular de este tipo que favorezca el desarrollo de un ictus

**Almería, 25 de octubre de 2024.-** Más de 1.200 personas sufren cada año un ictus en Almería, la enfermedad cerebro-vascular más frecuente del mundo con una incidencia en nuestra región de unos 200 casos por cada 100.000 habitantes/año y una prevalencia de 8 casos por 1.000 habitantes.

La estenosis carotídea es uno de los principales factores de riesgo para la aparición de infartos cerebrales, siendo origen del 15-30% de los ictus. Esta patología vascular, supone concretamente un estrechamiento de las principales arterias que abastecen de sangre al cerebro. La progresión de la enfermedad termina por convertir estos estrechamientos en una o en las dos arterias carótidas en sintomáticos, por la producción de daño cerebral, pudiendo llegar incluso a la obstrucción completa del vaso.

El estrechamiento de estas arterias se produce fundamentalmente a consecuencia de la formación gradual de la placa de ateroma, cuando el colesterol y la grasa se acumulan en las capas internas de las arterias, dando lugar a una reacción inflamatoria, todo como producto de seguir con el paso del tiempo hábitos de vida poco saludables.

Con motivo del Día Mundial del Ictus, que se celebra el próximo martes, y a fin de prevenir el desarrollo de la estenosis carotídea, desde la Sociedad Andaluza de Angiología y Cirugía Vasculard se recomiendan seguir sencillas medidas de prevención que ayudan a reducir la formación de placas de ateroma en las arterias. Son, a grosso modo, medidas que promueven un estilo de vida saludable, tales como:

- Seguir una dieta baja en sal, grasas, colesterol y sodio, y alta en verdura, fruta y fibra.

- Llevar a cabo actividad física de manera regular: Al menos 30 minutos diarios entre 3 y 5 días a la semana.
- Abandonar el hábito tabáquico. Dejar el tabaco puede reducir hasta en un 50% el riesgo de sufrir un accidente cerebro-vascular.
- Evitar la ingesta abusiva de alcohol. Se recomienda que los hombres no consuman más de dos unidades de alcohol al día ni las mujeres más de una.
- Llevar un estricto control de la tensión arterial así como de la glucosa en sangre si se padece diabetes. En este último caso debe controlarse con dieta, ejercicio y los fármacos adecuados con el objetivo de mantener la hemoglobina glicosilada por debajo del 7%.

Asimismo, desde esta Sociedad Científica también se recuerda la existencia de tratamientos para la estenosis carotídea, los cuales varían en función de la gravedad de la enfermedad:

- Para estenosis leves-moderadas, sobre todo si no han producido síntomas todavía, se realiza tratamiento médico principalmente con fármacos antiagregantes plaquetarios, fármacos para reducir el colesterol, y manteniendo unos hábitos de vida saludables, junto con un control estricto de los factores de riesgo vascular.
- Para estenosis moderadas-severas, y sobre todo si ya han producido síntomas por afectación cerebral, se realiza tratamiento quirúrgico para corregir dicha estenosis y evitar la aparición de nuevos y más graves síntomas, habitualmente mediante cirugía abriendo y eliminando la placa de ateroma del interior de la arteria carótida (endarterectomía carotídea), o mediante un procedimiento endovascular, es decir, realizando un cateterismo e implantando un stent para corregir el estrechamiento en la carótida, decidiendo realizar un tratamiento u otro en función de las características de cada paciente.
- El antiagregante plaquetario ácido acetilsalicílico, en dosis de 75 a 325 mg al día, es considerado el medicamento de elección en la prevención de ictus en pacientes con estenosis carotídea, en todos los estadios de la enfermedad.

### **Incidencia del ictus**

En la actualidad el ictus constituye la primera causa de mortalidad en las mujeres y segunda en los hombres y provoca el 10% de la mortalidad total (8% hombres y 13% mujeres). En Andalucía, la mortalidad por ictus es la más alta de todo el territorio nacional. Además, es la primera causa de invalidez permanente en el adulto, teniendo un elevado coste sociosanitario, que ronda los 1.000 millones de euros al año.

A pesar de los enormes avances realizados en el manejo del ictus en nuestra comunidad, la incidencia del ictus es de unos 200 casos por cada 100.000 habitantes al año; es decir, en Andalucía sufren un ictus cada año más de 17.000 personas. Esto lleva a que, a lo largo de sus vidas, uno de cada cuatro andaluces sufrirá un ictus. La Organización Mundial de la Salud prevé un incremento de la incidencia de ictus del 27% hasta 2025, debido al progresivo envejecimiento de la población.

En España el ictus afecta cada año a unas 120.000 personas, de las cuales 18.000 fallecen.

Actualmente, este trastorno es más común a edades más avanzadas: El 75% de los ictus ocurren en personas de más de 65 años. No obstante, el ictus no sólo afecta a los sectores más envejecidos de la población. Cada vez se registran más casos entre adultos jóvenes, debido a los hábitos de vida incorrectos e insanos que adoptan. De hecho, hoy día entre el 15% y el 20% de estos accidentes cerebro-vasculares afectan a individuos de menos de 45 años.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de la Sociedad Andaluza de Angiología y Cirugía Vascular:  
Tomás Muriel (605 603 382)**