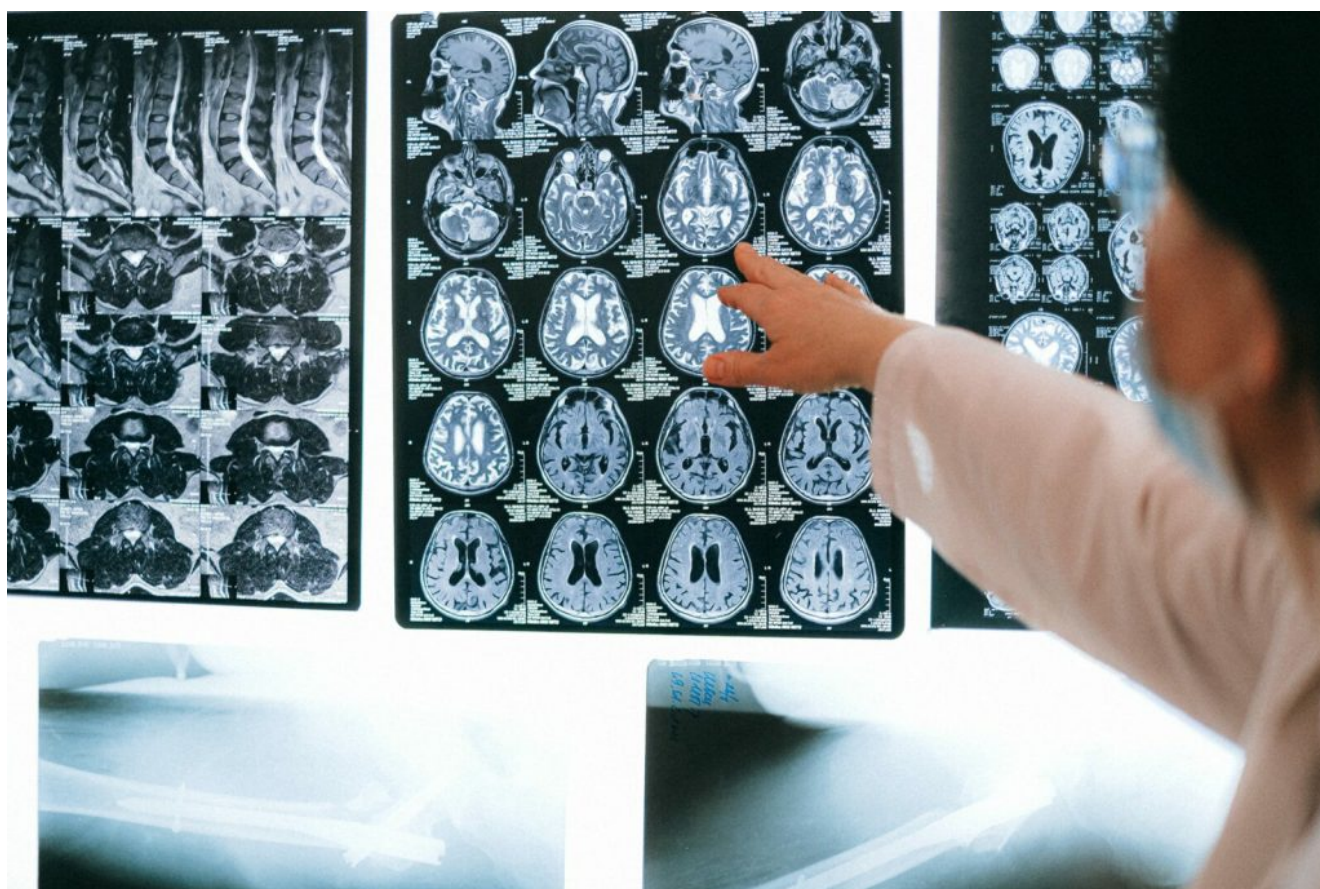


# El estrés y los ACV: “Estamos en una condición en la cual nuestra sensación es de permanente amenaza”

26/09/2023



Una problemática frecuente son los accidentes cerebrovasculares (ACV), que suelen estar ligados al nivel de estrés que atraviesan las personas, producto de la vida que llevan, las obligaciones, el trabajo y la situación en general. Lisandro Olmos, especialista en Rehabilitación Neurológica y director de Rehab Center, habló sobre este tema con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el ACV es la segunda causa de muerte y la primera de discapacidad en adultos, lo que implica que se trate de un tema de extrema importancia para prestarle atención. “Vivimos en un mundo

donde el estrés es un factor de riesgo sumamente importante, porque está asociado a otros factores de riesgo como la hipertensión arterial, a la liberación de ciertas hormonas como el cortisol, la noradrenalina que genera también alteraciones en el ritmo cardíaco. Si bien el estrés no puede medirse como se puede medir la presión arterial o la glucemia, vivimos en una sociedad donde permanentemente estamos en una condición en la cual, nuestra sensación es de permanente amenaza, amenaza que a veces es inexistente pero vivimos con una ansiedad de anticipación a potenciales situaciones que nos pueden ocurrir cotidianamente, que hacen que todos estos factores hormonales, endocrinos, todo lo que tenga que ver con la liberación de lo que es el Sistema Simpático Adrenérgico, aumenta sensiblemente el riesgo de ACV", dijo Olmos.

Al no poder medirse, los parámetros a los que se les debe prestar atención, tienen que ver con factores como puede ser la imposibilidad de dormir con facilidad (no concilian el sueño fácilmente); que viven en una situación de permanente angustia emocional; les cuesta realizar actividad social, interactuar con pares. "Nosotros vemos en nuestro centro de rehabilitación muchísimos pacientes con ACV, en los que ya hay un antecedente previo al ACV, en donde se nota que la persona está viviendo con una situación emocional, existencial verdaderamente afligente, personas que tienen estrés laboral, estrés familiar, personas que viven estresadas en el día a día de su vida cotidiana. Por supuesto la situación y el contexto del país muchas veces no ayudan. Todos esos son factores que si bien no son medibles de manera directa, terminan acompañando en casi todos los casos a un accidente cerebrovascular", advirtió Olmos.

Hay dos tipos de ACV: el isquémico (cuando se obstruye una arteria), y el hemorrágico, cuando hay una ruptura de un vaso cerebral y se produce un sangrado. Estadísticamente, el ACV isquémico es el más frecuente, pasando en más del 80% de los casos, ya que a los factores mencionados, se les suma el tabaquismo, la obesidad, la hipertensión arterial, el colesterol elevado, la falta de actividad física y la

diabetes.