

# “La recuperación de un ictus depende de la atención urgente, y este sentimiento de urgencia sólo se adquiere teniendo conocimiento de la enfermedad”

LOS OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN FRENO AL ICTUS SON FÁCILES DE ENUMERAR Y COMPLICADOS DE CONSEGUIR: ELIMINAR EL DRAMA PERSONAL, FAMILIAR Y SOCIAL QUE REPRESENTA EL ICTUS EN NUESTRO PAÍS, Y TRABAJAR ASPECTOS DE CAMBIO DENTRO DEL SISTEMA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LOS AFECTADOS.

Un ictus es un infarto o hemorragia cerebral debido a la interrupción o limitación de la llegada de sangre a una parte del cerebro, con el consiguiente daño neuronal. Se trata de una enfermedad poco conocida y poco valorada por la sociedad. Si decimos que es la primera causa de muerte entre las mujeres y la segunda global, o que una de cada seis personas tendrá un ictus en su vida, o que es la primera causa de discapacidad a nivel mundial, seguramente nadie pensaría en el ictus, pero 130.000 personas sufrirán uno cada año en España. Hablamos sobre la enfermedad y su posible prevención con **Julio Agredano**, presidente y fundador de la asociación Freno al ICTUS, quien aclara que *“lo primero que hay que decir es que el ictus es una enfermedad altamente prevenible. Entre el 80% y el 90% de los ictus son prevenibles, y son debidos a un mal control de los factores de riesgo relacionados con un estilo de vida o hábitos poco saludables. Vida sedentaria, hábitos alimenticios, hipertensión arterial, mala gestión del estrés, incorrecto control de azúcar en sangre, tabaco, alcohol, drogas... es decir, factores ligados a promoción de la salud básica”*.



Julio Agredano

**“EL FARMACÉUTICO TIENE EL PODER DE CAMBIAR LAS COSAS EN SU COMUNIDAD, SON LAS PERSONAS DE REFERENCIA PARA NOSOTROS, PACIENTES Y SOCIEDAD EN GENERAL”**

### Espacio común

Freno al ICTUS nace como el punto de unión entre diferentes colectivos: educación, sociedades médicas, profesionales sanitarios, empresas, industria farmacéutica, medios de comunicación, farmacia, pacientes, etc. *“Es decir”, explica Agredano, “nosotros en el centro del sistema, ayudando a los diferentes colectivos a trabajar juntos por un objetivo común. Ese es el objetivo de “Espacio ICTUS”, un punto de encuentro entre los diferentes profesionales del sistema para trabajar en proyectos que aporten en la prevención de la enfermedad y mejora de la calidad de vida del afectado”.*

Actualmente tienen dos grandes proyectos de información, formación y concienciación sobre la enfermedad. Se trata de dos proyectos que buscan el efecto multiplicador, es decir, que la información llegue por alguien cercano, *“Héroes en casa” y “Prevención y actuación desde la empresa”.* Tal y como expone el presidente, *“el primero está dirigido a educación de chavales en colegios e institutos, donde les hablamos de la importancia de la promoción de la salud, pero también les hablamos de la importancia del tiempo en la detección y actuación, queremos que sean héroes en su casa”.* Por otro lado, *“Prevención y actuación desde la empresa”* es un proyecto claramente dirigido a las organizaciones, para que dentro de sus acciones de Recursos Humanos, Vigilancia de la Salud o Responsabilidad Social Corporativa, informen a sus empleados sobre prevención, detección y actuación, para que ellos sean embajadores en su entorno, laboral, familiar, social.

### Sensibilización

Desde la asociación defienden y recuerdan la importancia de sensibilizar y concienciar a la población acerca de una enfermedad como el ictus, *“porque es la única forma de prevenirla y actuar para limitar su impacto. Es una enfermedad donde el tiempo es cerebro, no es lo mismo actuar en 4 horas, 8, o un día después, la recuperación posterior de un ictus depende de la atención urgente, este sentimiento de urgencia sólo se adquiere teniendo conocimiento de la enfermedad, y para eso hay que trabajar día a día para llevar la información a cada persona”*, recuerda Agredano.

Recientemente la asociación ha firmado un convenio de colaboración con el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, algo que para ellos es muy importante, al situar a las farmacias

como un elemento clave en la prevención de la enfermedad y en la difusión de la información de la sociedad. El convenio trabajará en dos líneas principales, la farmacia como elemento transmisor de la información, y la farmacia como cribado de factores de riesgo en la población. *“El farmacéutico tiene el poder de cambiar las cosas en su comunidad, son las personas de referencia para nosotros, pacientes y sociedad en general”*, destaca el presidente.

Además, en fechas recientes han firmado un convenio de colaboración con la Sociedad Española de Neurología, un convenio fundamental para Freno al ICTUS porque les da ese reconocimiento formal de la sociedad médica/científica a las acciones que están realizando. Agredano recuerda que *“el año pasado la SEN ya nos otorgó el Premio SEN ICTUS Social por nuestros esfuerzos en divulgación de la enfermedad para aportar activamente en su prevención”.*

### Día a día

Actualmente el trabajo diario de la asociación está muy centrado en trabajar en el primer eslabón de la cadena, es decir trabajar para que no ocurra o para que el impacto sea el menor posible. *“Como comentaba, estamos trabajando con la comunidad educativa y empresarial para que nos ayuden a informar a la sociedad a través de ellos. Cada persona informada multiplica la información de media a seis personas en su entorno, y es una forma de llegar a toda la sociedad, a través de ellos”*, reflexiona el presidente.

Desde sus inicios han considerado a la empresa como un elemento imprescindible, ya que las organizaciones tienen la capacidad de transformar la sociedad a través de acciones, con sus empleados y con su entorno. En palabras de Agredano, *“nuestras acciones son muy sencillas, pero con un alto impacto. Hablamos de factores de riesgo y prevención, pero también hablamos de la importancia del tiempo, detección temprana y actuación rápida y correcta, les damos herramientas en forma de información para que estén más preparados ellos y su entorno para actuar frente la enfermedad. En esta línea estamos colaborando con asociaciones de colectivos profesionales de recursos humanos, servicios médicos, áreas de prevención de riesgos laborales y mutuas del trabajo, buscando en ellos ese efecto multiplicador que nos ayude a llegar a muchas empresas, a muchos empleados”.*

No dudan en resaltar que la farmacia tiene un papel fundamental, ya que el farmacéutico en muchos casos es el consejero que tenemos sobre nuestra salud. *“El farmacéutico tiene la capacidad de influir en nuestros hábitos por el consejo que puede llegar a darnos, pienso que el farmacéutico está en la primera línea de batalla contra el ictus”.*+

**“ENTRE EL 80% Y EL 90% DE LOS ICTUS SON PREVENIBLES, Y SON DEBIDOS A UN MAL CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON UN ESTILO DE VIDA POCO SALUDABLE”**



**SECCIÓN PATROCINADA**

**POR**

