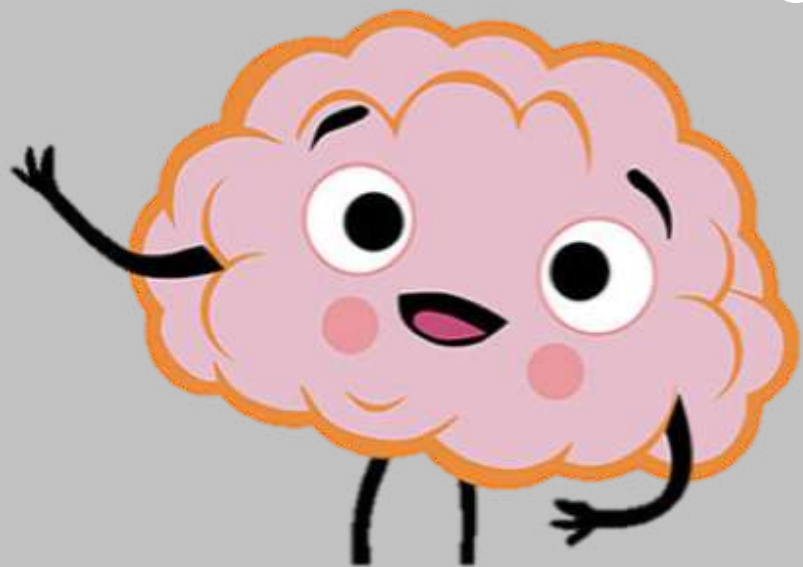

MEMORIA 2018

EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

Conseguir mayor concienciación social sobre la dimensión del ictus
y saber que en la prevención está la clave



ÍNDICE



Introducción	01
Carta del Presidente.....	02
BRAINY: El mejor divulgador de Freno al Ictus	03
1. Salimos a la Calle.....	05
2. Colectivos.....	22
3. La empresa, un canal de comunicación directo para prevenir el ictus.....	33
4. Jornadas, Premios y Reconocimientos.....	60
5. Comunicación.....	70

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



El ictus es una alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro provocando el consiguiente daño neuronal, pudiendo traducirse en secuelas físicas, cognitivas o conductuales. Una enfermedad que en los últimos años ha experimentado un gran crecimiento en jóvenes y adultos jóvenes, debido en gran medida a los hábitos de vida poco saludables. **1 de cada 6 personas** tendrá un ictus a lo largo de su vida.

A su vez representa **la segunda causa de muerte en España, la primera en mujeres** -más del doble que por cáncer de mama y hasta 14 veces más que por accidentes de tráfico-, **la primera causa de discapacidad** adquirida en el adulto y la segunda de demencia.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cada año **120.000 personas sufren un ictus** en nuestro país, de los cuales un 50% quedan con secuelas discapacitantes o fallecen. Actualmente más de 330.000 personas han sufrido un ictus. **El 90% de los casos de ictus se podrían evitar** con una adecuada prevención de los factores de riesgo y un estilo de vida saludable.

El 90% de los ictus son prevenibles



Un ICTUS es una alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro

¿Sabías que...?

- Es la **2ª causa de muerte** en España, la **1ª en la mujer**
- Es la **1ª causa de discapacidad** en el adulto
- **120.000 personas** se ven afectadas cada año en España
- El **35%** de los afectados están en **edad laboral**
- Provoca la muerte o una discapacidad grave aproximadamente en el **50%** de los casos
- **1 de cada 2 personas no se recupera** de un ictus
- **1 de cada 6 personas tendrá un ictus**

¿Cuáles son los factores de riesgo?

- Hipertensión
- Colesterol elevado
- Tabaco, alcohol y drogas
- Diabetes
- Arritmias cardíacas (fibrilación auricular)
- Obesidad
- Inactividad física
- Vida sedentaria
- Estrés

¿Cómo podemos detectar un ictus?

- Se "cae" un lado de la cara
- Pérdida de fuerza o sensibilidad en un lado del cuerpo
- Problemas de expresión o de entendimiento
- Alteración de la visión
- Dolor de cabeza inusual

¿Cómo podemos actuar?

- ¿Qué tenemos que hacer para detectar los síntomas?



Si algo "no es normal" llama a los servicios de **emergencia 112**

- EL TIEMPO es muy importante. ¡CORRE!
Cada minuto cuenta.

¿Podemos prevenir el ictus?

- El **90%** de los ictus **son prevenibles**
- **Baja** el consumo de **sal y grasas**. Dieta sana y variada
- Haz **ejercicio moderado**, huye del sedentarismo
- **Deja el tabaco** y reduce el consumo de alcohol
- Controla tu **peso, tensión y colesterol**
- Realiza **controles médicos periódicos**
- **Cumple** adecuadamente el **tratamiento** que te indique tu médico.



En tus manos está evitarlo





Nuestro objetivo ha sido “sacar” la enfermedad a la calle y buscar multiplicadores que nos ayuden a extender el conocimiento del ictus en la comunidad

Estimado amigo, estamos en el buen camino y 2018 ha sido un año para confirmar nuestro proyecto, desde Freno al ICTUS año tras año y paso a paso estamos consiguiendo que el ictus -por su impacto social en nuestra sociedad- vaya ocupando el espacio que debería haber tenido siempre en nuestras conciencias.

Que el ictus sea una enfermedad visible y que esté presente -mucho más presente- en nuestra comunidad, hace que sea una enfermedad más conocida y eso se traduzca en una mayor prevención y reducción de su impacto en nuestra sociedad.

Durante este año hemos seguido con nuestro objetivo de “sacar” la enfermedad a la calle y buscar multiplicadores que nos ayuden a extender el conocimiento en la comunidad, que las personas en su día a día vayan conociendo algo más sobre el ictus y que este mayor conocimiento les haga reflexionar sobre la importancia de la enfermedad, para ellos y para su entorno.

Te invito en estas páginas a que conozcas las actividades y proyectos realizados durante 2018 y que se encuadran en nuestra línea de trabajo Brain Caring People -Sociedad, Educación y Empresa-, estamos consiguiendo que cada año haya más gente informada y formada sobre la enfermedad, ayúdanos y súmate a nuestro efecto multiplicador frente al ictus y entre todos conseguiremos mejorar la situación.

Agradecer a todas la personas y organizaciones que durante este año han hecho posible que sigamos entre todos poniendo Freno al ICTUS y nos vemos en 2019.

Un abrazo

Julio Agredano
Presidente

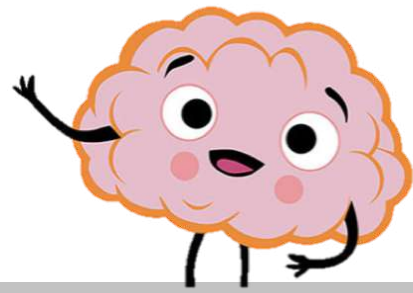
"FRENO AL ICTUS: PROMOVIENDO LA CONCIENCIACIÓN SOCIAL, AVANZAMOS HACIA UNA VIDA SIN ICTUS"

Para conseguir reducir el impacto social que actualmente tiene el ictus en España, desde Freno al ICTUS se ha trabajado en la creación, promoción y desarrollo de campañas y proyectos de concienciación y sensibilización que contribuyan a ello.

Nuestra misión ha consistido, consiste y consistirá en divulgar, informar y formar a cuantas más personas posible sobre el ictus, cómo detectarlo, actuar y, sobre todo, cómo prevenirlo.

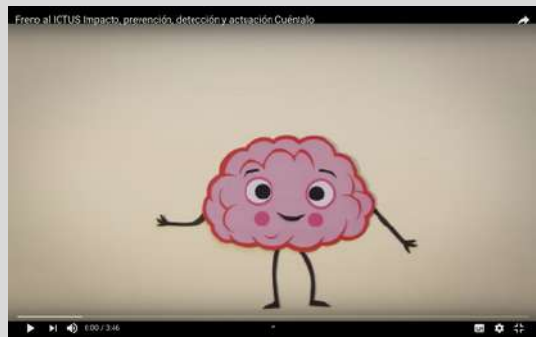
Es por ello que para llegar a más gente, mediante un discurso positivo, la Asociación ha querido crear un personaje como Brainy. Un cerebro simpático, cercano y optimista que es el protagonista principal -e hilo conductor- de todos nuestros mensajes de campañas, proyectos y recursos audiovisuales. El *embajador "estrella"* de Freno al ICTUS.





BRAINY: EL MEJOR DIVULGADOR DE FRENO AL ICTUS

1

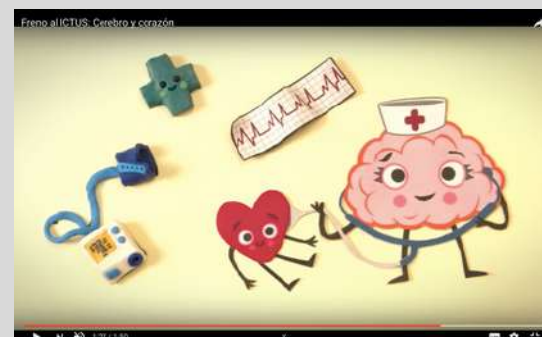


IMPACTO, PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y ACTUACIÓN, CUÉNTALO

Resumen de la Asociación Freno al ICTUS sobre lo más importante a conocer sobre la enfermedad. Impacto, prevención, detección y actuación.

<http://ow.ly/CQk630nr1zq>

2



CEREBRO Y CORAZÓN

Vídeo divulgativo de la Asociación Freno al ICTUS que trata la relación entre la salud del corazón y la salud del cerebro.

<http://ow.ly/EXhP30nr1y1>

3



ICTUS Y MUJER - ACTUACIÓN - LO PRIMERO ERES TÚ

Campaña Ictus y mujer sobre la importancia del tiempo y el motivo por el que la mujer recibe atención urgente más tarde que los hombres. Recuerda, lo primero eres tú!.

<http://ow.ly/YbAl30nr1ue>

4



ICTUS Y MUJER - PREVENCIÓN - TÚ DECIDES

Campaña Ictus y mujer de la Asociación Freno al ICTUS. Vídeo sobre el impacto social en la mujer, factores de riesgo específicos del género y prevención. Tú decides!

<http://ow.ly/Z00D30nr1B0>

5



GRACIAS DOCTOR - PREVENCIÓN

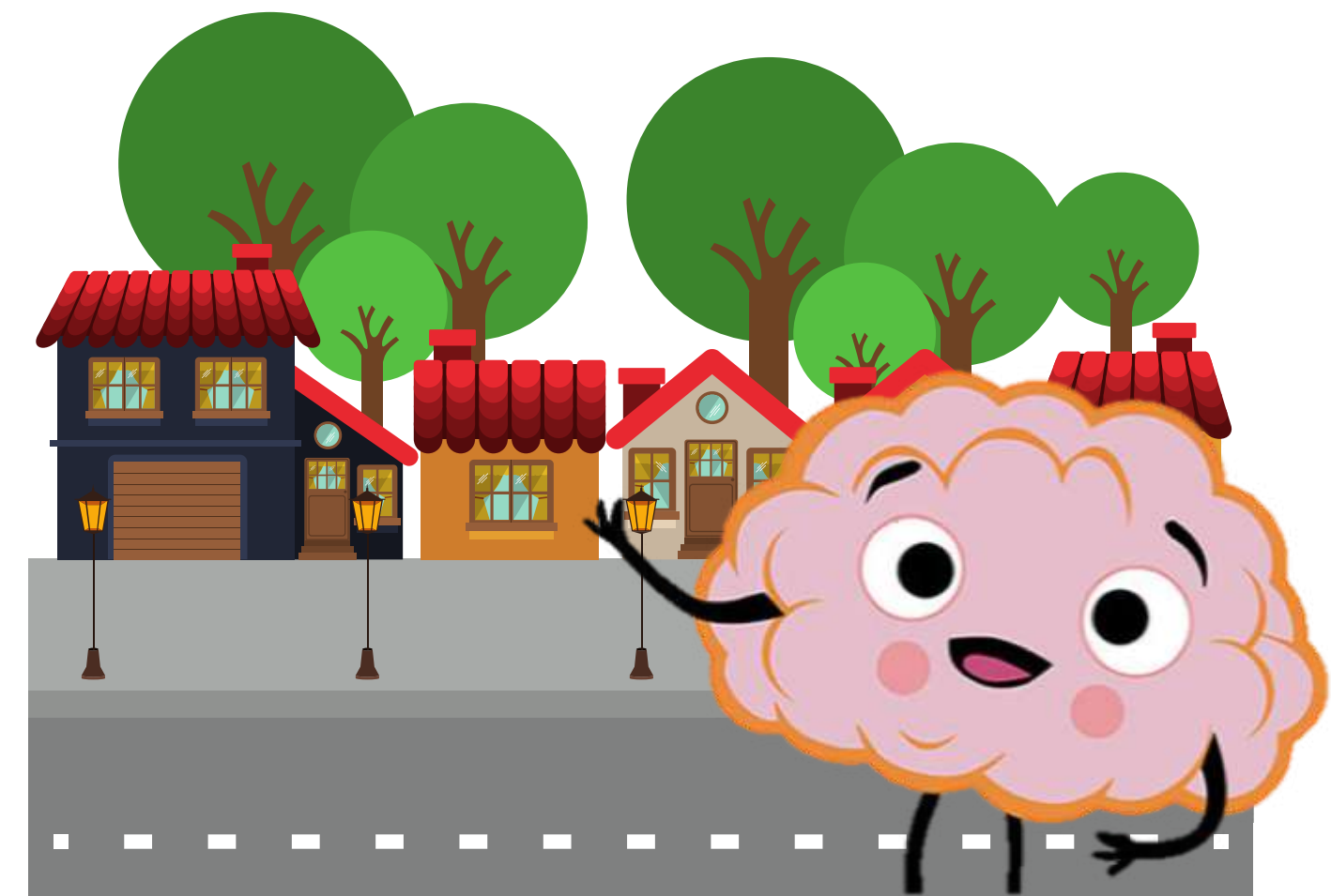
Vídeo divulgativo donde se muestra la prevención del ictus, tanto con la adopción de hábitos de vida saludables como con el seguimiento, y control médico y la adherencia terapéutica .

<http://ow.ly/2QYw30nr1DB>

LÍNEAS DE ACTUACIÓN

1. SALIMOS A LA CALLE

"Informar, sensibilizar y concienciar a la sociedad sobre el ictus, su impacto en la sociedad y su prevención"



1.1

DÍA MUNDIAL DEL ICTUS

26 y 27 de octubre

CAMPAÑA

“ICTUS- Evita, Aprende, Actúa”

“ICTUS - EVITA, APRENDE, ACTÚA”

En el marco del Día Mundial del Ictus, los días 26 y 27 de octubre, **Freno al ICTUS y Fundación MAPFRE**, con el aval social de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, el apoyo del **Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV)** y la colaboración del **Ayuntamiento de Madrid**, instalaron una carpa hinchable en semiesfera imitando la forma de un cerebro, que actuó como reclamo principal para concienciar a los ciudadanos de la alta incidencia del ictus en España y hacerles más conscientes de la importancia de actuar a tiempo y saber detectar los síntomas.

En el acto inaugural, el **consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero**, destacó en este acto de visualización de la enfermedad cerebrovascular “el compromiso de la Consejería de Sanidad con la prevención y detección de esta patología, así como la mejora de la atención de los pacientes con daño cerebral o que han sufrido un ictus”.

Neurólogos, enfermeras de servicios de las Unidades de Ictus y expertos en protocolo de actuación y prevención ante un código ictus, tales como **SEDENE, SUMMA 112 y SAMUR**, explicaron a los viandantes que se acercaron ese fin de semana, cómo se debe cuidar el cerebro, ante qué señales hay que actuar con rapidez y en qué consiste el Código Ictus.

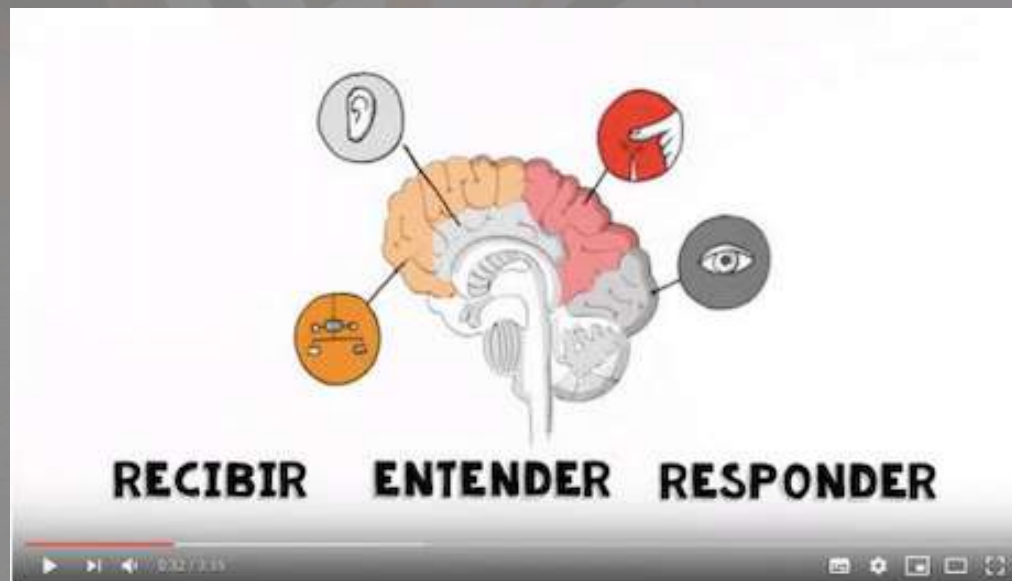


90%

de los casos de ictus se podrían evitar con una adecuada prevención

En el siguiente enlace se puede acceder al vídeo que era proyectado a todo el público asistente dentro de la carpa, y que explicaba cómo se debe cuidar el cerebro, síntomas, cómo actuar y en qué consiste el Código Ictus.

<https://youtu.be/qGvheQJr-yY>



En los últimos años ha aumentado considerablemente la incidencia de ictus en adultos jóvenes, debido en gran parte a los estilos de vida en la sociedad.

Una de las claves para el éxito en la atención del ictus, es la rapidez con la que se detectan sus síntomas iniciales y se contacta con el sistema de emergencias.

Para reducir la incidencia del ictus en España, es necesario concienciar sobre la importancia de la prevención, a través de la promoción de hábitos de vida saludables.

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

“ICTUS - EVITA, APRENDE, ACTÚA”



1ª Parada

**Conoce tu cerebro
¿Qué es un ictus?**

Visualización de un vídeo sobre el ictus y entrega de un “rasca y gana” sobre el lema *1 de cada 6 tendrá un ictus.*



2ª Parada

Detección y actuación

Actuación de un MIMO, con la visualización de un vídeo sobre el ictus, detección de síntomas y actuación.



3ª Parada

Detección y actuación

Entrega de tríptico explicativo.




Photocall

Destinado para que los visitantes pudieran realizar fotografías y subir a la redes sociales como apoyo a la campaña.



Servicios de emergencias

Explicación por parte de los servicios de emergencia sobre la importancia del tiempo de actuación ante un ictus.



DÍA MUNDIAL DEL ICTUS

29 de octubre

JORNADA

“Situación actual de la atención al ictus en España: de la Estrategia Nacional a los Planes Regionales”

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



“ICTUS - EVITA, APRENDE, ACTÚA”

La Asociación **Freno al ICTUS** y el **Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV)** de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** organizó en la sede de la **Fundación Mapfre** de Madrid, la **Jornada “Situación actual de la atención al ictus en España: de la Estrategia Nacional a los Planes Regionales”**, con el objetivo de analizar cómo se han implantado los distintos Planes de Atención del Ictus en las Comunidades Autónomas para identificar fortalezas o determinar si siguen existiendo desigualdades en la atención de esta enfermedad entre la población española dependiendo de la región en la que habiten.



La Jornada fue inaugurada por Pilar Aparicio, Directora General de Salud Pública, Calidad e Innovación del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, clausurada por Enrique Ruiz Escudero, Consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, y contó con la participación del Prof. Exuperio Díez Tejedor, Presidente de la SEN; la Dra. María Alonso de Leciñana, Coordinadora del GEECV de la SEN; Julio Agredano, Presidente de Freno al ICTUS; así como de diversos representantes de los Planes Autonómicos de ictus y de las asociaciones de pacientes.

Numerosos estudios han demostrado que, si un paciente que ha sufrido un ictus es atendido por un neurólogo en las primeras horas, la probabilidad de fallecer o quedar con una discapacidad grave puede reducirse a la mitad. También ha quedado patente que las Unidades de Ictus son el recurso más eficiente para el tratamiento de la fase aguda del ictus, porque este dispositivo asistencial ha demostrado reducir la mortalidad, la dependencia y la necesidad de cuidados institucionales en los pacientes con ictus. Además, en los últimos años se han introducido nuevas medidas terapéuticas, como la trombólisis o la trombectomía mecánica que, administradas en las primeras horas, aumentan considerablemente la probabilidad de recuperación neurológica.

Actualmente, en España están operativas 75 Unidades de Ictus y existen 41 centros que pueden realizar trombectomía

En el siguiente enlace se puede acceder al video resumen que recoge los principales puntos y conclusiones tratados durante la Jornada conmemorativa del Día Mundial del Ictus 2018, en la que participaron tanto profesionales sanitarios, como representantes del colectivo de pacientes:

<https://youtu.be/-6bkB2BdMOY>



Los participantes de la jornada resaltaron la importancia de la colaboración entre los eslabones de la cadena asistencial del ictus.



Las Unidades de Ictus consiguen reducir la mortalidad, la dependencia y la necesidad de cuidados institucionales en los pacientes con ictus.



Disminuir el retraso en la llegada al hospital del paciente, principal aspecto de mejora. El objetivo, aplicar los tratamientos dentro de los primeros 60 min tras la llegada del paciente a urgencias.

1.2

ACCIÓN DE CONCIENCIACIÓN

29 de octubre

CORREOS

La empresa postal y de paquetería se une a la campaña de prevención del ictus.

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



“CORREOS ELIGE SALUD”

CORREOS participó en el Día Mundial del Ictus colaborando con la Asociación **Freno al ICTUS**, la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, el **Grupo de Estudios de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV)** y la **Fundación Mapfre** para dar mayor visibilidad a la campaña para la prevención de esta enfermedad.

Más de **2.500 carros de reparto** postal portaron la cartelería de esta acción en 45 ciudades de España. A lo largo de esta jornada y hasta finales del mes de noviembre se pudo ver esta colaboración postal en Albacete, Almería, Ávila, Badajoz, Burgos, Cádiz, Ciudad Real, Córdoba, Cuenca, Granada, Guadalajara, Huelva, Huesca, Jaén, León, Logroño, Alcalá de Henares, Coslada, San Fernando de Henares, Torrejón de Ardoz, Getafe, Leganés, Alcorcón, Móstoles, Arroyomolinos, Fuenlabrada, Parla, Málaga, Murcia, Oviedo, Palencia, Las Palmas, Salamanca, Santa Cruz de Tenerife, Santander, Segovia, Sevilla, Soria, Teruel, Toledo, Valladolid, Zamora, Zaragoza, Ceuta y Melilla.

Simultáneamente, para los trabajadores de **CORREOS** de la ciudad de Madrid se imprimieron trípticos informativos sobre cómo prevenir esta patología. Además, dentro de la intranet de la empresa postal y de paquetería están incluidas las campañas para llevar a cabo unos hábitos de vida saludable y reducir sus factores de riesgo con ejercicio físico y alimentación saludable.

En definitiva, **CORREOS** se comprometió en mostrar la dimensión y consecuencias del ictus para así concienciar al mayor número de personas sobre la importancia de prevenirlo y así, poder evitarlo.

¿Sabes cómo prevenir un ictus?

EVITA LOS FACTORES DE RIESGO

- Hipertensión
- Colesterol elevado
- Tabaco, alcohol y drogas
- Inactividad física
- Diabetes
- Arritmias cardíacas
- Obesidad
- Estrés

EL 90% DE LOS CASOS SON PREVENIBLES

PARA TENER UN CEREBRO SANO, HAY QUE TENER UN CUERPO SANO

- Dieta sana y variada
- Poca sal y baja en grasas
- Ejercicio moderado
- No al tabaco y alcohol
- Evita el estrés
- Realice controles médicos periódicos

¡Elige salud!



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

“CORREOS ELIGE SALUD”



Impresión de trípticos informativos sobre cómo prevenir esta enfermedad.



Más de 2.500 carros de reparto postal portando la cartelería de esta acción en 45 ciudades de España.



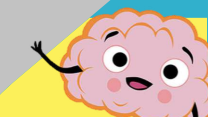
Información de las campañas incluida en la intranet de correos.

1.3

"PRÓXIMA ESTACIÓN:
PREVENCIÓN DEL ICTUS"

CAMPAÑA

Málaga, Bilbao, Sevilla



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



"PRÓXIMA ESTACIÓN: PREVENCIÓN DEL ICTUS"

Para poner freno al ictus es fundamental su prevención y el control de factores de riesgo como la hipertensión, diabetes, hipercolesterolemia, tabaquismo y la Fibrilación Auricular (FA).

Ante este escenario, la **Asociación Freno al ICTUS**, con el aval de **Brain Caring People** y la colaboración de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, el **Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV)**, la **Fundación Alberto Contador** y la **Alianza Bristol-Myers Squibb-Pfizer**, llevaron acabo en **Bilbao, Málaga y Sevilla** una campaña de prevención de enfermedades cerebrovasculares que resaltó la importancia vital de la detección precoz de las patologías que aumentan el riesgo de padecer un ictus.

Como evento principal, la campaña "**Próxima estación: prevención del ictus**" contó con un stand informativo en donde los usuarios del metro y estaciones de tren respectivamente, pudieron medir la salud de su corazón y conocer los principales signos para detectar una posible fibrilación auricular, contribuyendo a la prevención de enfermedades cerebrovasculares.



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

"PRÓXIMA ESTACIÓN: PREVENCIÓN DEL ICTUS"



Estación Bilbao *Abando*
13 y 14 de junio



Estación Málaga
María Zambrano
27 y 28 de junio



Estación Sevilla *Sta. Justa*
24 al 26 de octubre
20 al 22 de noviembre



¿Cuál ha sido tu historia personal y qué factores han influido en que padecieras un ictus?

<http://ow.ly/ab5W30ntGsM>



Campaña nacional que recorrió diferentes espacios públicos para informar sobre el ictus y la FA.

.ver reportaje:

<http://ow.ly/MJub30n9xgY>

#PREVICTUS

LA FIBRILACIÓN AURICULAR

Un factor de riesgo importante de ictus



La hipertensión arterial, la diabetes, la hipercolesterolemia, la obesidad y el tabaquismo son los principales factores de riesgo de ictus.

La campaña 'Próxima estación: prevención del ictus' se centró en informar a los ciudadanos sobre cómo prevenir la enfermedad cerebrovascular y conocer sus factores de riesgo.

En el siguiente enlace se puede acceder a la página web de esta campaña, en la que se ofrece información sobre la prevención del ictus.

Más información: <http://ow.ly/tB7Y30n9wzX>



También presentan un mayor riesgo los pacientes que padecen fibrilación auricular, el tipo de arritmia cardiaca más común.



Sevilla fue la parada final de esta campaña que ha pasado por otras ciudades españolas como Madrid en 2017, y Bilbao y Málaga en 2018.



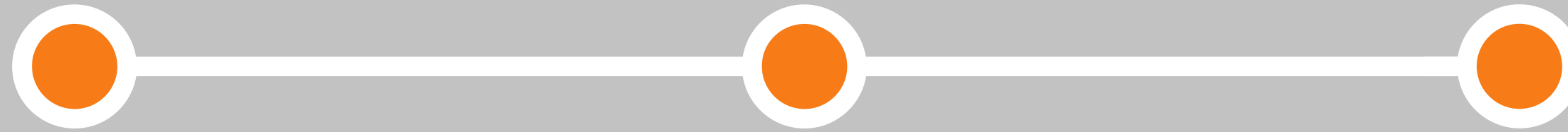


LÍNEAS DE ACTUACIÓN

2. Colectivos

“Multiplicar la información en la comunidad a través de colectivos con gran alcance y repercusión en la sociedad”

2.1



COLECTIVO JÓVENES

“Promocionar hábitos saludables entre los jóvenes desde el ámbito educativo para prevenir el ictus y enseñarles a detectarlo y saber cómo actuar. Convirtiéndoles en héroes en su comunidad y entorno familiar y social”



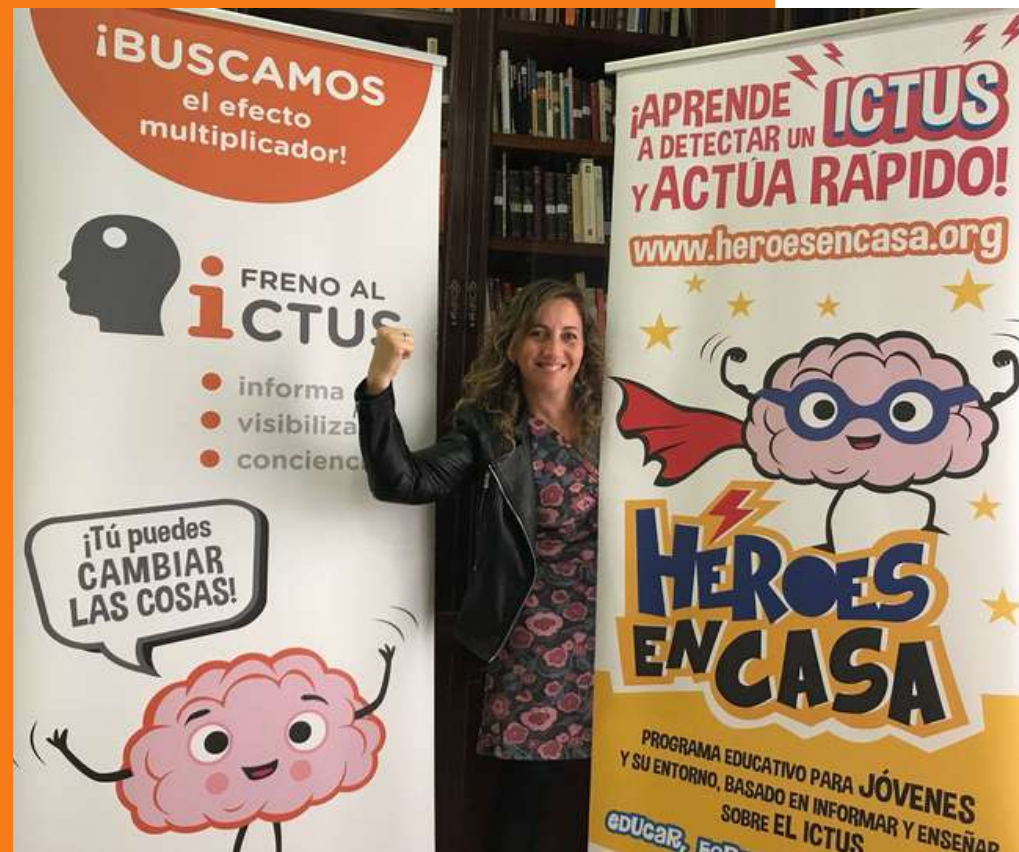
2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



"HÉROES EN CASA"

Héroes en casa (www.heroesencasa.org) está concebido como un programa educativo, basado en informar y enseñar al colectivo de jóvenes sobre qué es el ictus, factores de riesgo, cómo se puede prevenir, cuáles son las señales de aviso para su detección y cómo actuar.

Es un proyecto concebido para reducir el impacto del ictus en nuestro país gracias a la comunidad educativa, es decir, **TRANSFORMAR LA SOCIEDAD** basándose en tres pilares fundamentales:



- 1 EDUCAR**
Promoción de la salud desde los jóvenes
Educamos a los jóvenes sobre la importancia de adquirir hábitos saludables y mantener una vida sana y activa como herramienta de prevención para descartar enfermedades futuras y tener una vida mejor.
- 2 FORMAR**
Crear héroes en la comunidad
Nuestro objetivo es crear conciencia social en los jóvenes y formarles para reconocer los síntomas de la enfermedad y aprender a cómo actuar ante ellos. Queremos formar una comunidad de héroes en su familia y en su entorno, cuya actuación puede salvar vidas y prevenir las consecuencias del ictus. Tiempo es cerebro.
- 3 MULTIPLICAR**
Concienciar a los adultos a través de los hijos
Multiplicar es transformar. Con Héroes en Casa transformamos a la sociedad a través de nuestros hijos. Buscamos el efecto multiplicador, de tal manera que la información llega a los adultos a través de los más jóvenes.

¿CÓMO LO HACEMOS?

La buena noticia es que el 90% de los ictus son prevenibles.

La gran mayoría ocurren debido a factores de riesgo modificables. En este sentido, la comunidad educativa puede desarrollar un papel muy importante en materia de prevención, es decir, inculcando promoción de la salud en los jóvenes desde las escuelas.

Más información: <http://www.heroesencasa.org>



Sesión con chavales donde de forma amena e interactiva se les habla de los beneficios de una vida ordenada y la inclusión de la práctica del deporte como una forma de llevar una vida más saludable.

La "charla" se enmarca en un ambiente informal, contamos en primera persona las consecuencias de no llevar hábitos saludables, de esta forma conseguimos generar empatía.

Para conseguir captar la atención de los chavales, durante la presentación intentamos involucrarles pidiendo su participación, utilizando herramientas (presentaciones, videos) para mostrar la dimensión del problema.

"HÉROES EN CASA"



Juegos didácticos

<http://ow.ly/3nFB30n9zmK>



Material divulgativo

<http://ow.ly/gxUZ30n9zmY>



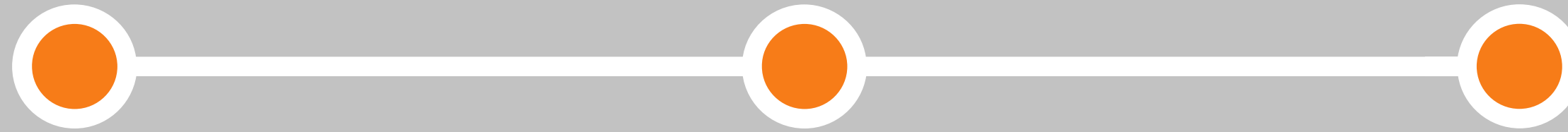
Videos divulgativos

<http://ow.ly/SA0S30nthw9>

- Si eres de la comunidad educativa, o simplemente eres padre y quieres que tus hijos formen parte de Héroes en casa, ponte en contacto con nosotros y hagámoslo realidad entre todos.

- Si eres empresa comprometida con la responsabilidad social de tu entorno y quieres ser partícipe de una iniciativa vinculada a la educación y a la sociedad, ponte en contacto.

2.2



COLECTIVO DE MUJERES

“Conseguir desde Freno al Ictus que la mujer tome conciencia del ictus como 1ª causa de muerte en mujeres”



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

"ICTUS Y MUJER"



16.000 mujeres mueren al año por ictus, más del doble que por cáncer de mama. Un drama personal, familiar y social que **Freno al Ictus**, junto con el apoyo del **Instituto de la Mujer** y la **Dirección General de Salud Pública**, la colaboración de la **Alianza Bristol-Myers Squibb-Pfizer**, **IBM** y el aval social de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, la **Fundación del Cerebro** y del **Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la SEN (GEECV-SEN)**, ha impulsado y puesto en marcha el **24 de octubre de 2018** a fin de promover el conocimiento del ictus en la población y en especial, entre el colectivo de mujeres a través del desarrollo de acciones basadas en la divulgación de la necesidad de mejorar la prevención del ictus, la importancia del diagnóstico y tratamiento precoz, así como saber cuáles son las señales de aviso de un ictus para no esperar y actuar lo más rápidamente posible para evitar secuelas.

1



2



Ictus y Mujer: prevención, detección y actuación

El proyecto Ictus y Mujer supondrá un avance en la promoción del conocimiento del ictus en la población y especialmente dirigido a mujeres, poniendo énfasis en dos líneas de campaña informativa; **prevención y actuación.**

#ICTUSYMUJER

14 VECES

más muertes producidas por ictus
que por accidentes de tráfico

1 La prevención: la mejor defensa frente al ictus.
Tú decides.

Ver aquí: <https://youtu.be/10n4DxzfCrw>

2 Ante cualquier síntoma de ictus, no esperes y
actúa. Llama al 112.
¡Lo primero eres tú!

Ver aquí: <https://youtu.be/BM6YKMIB-ml>

Más información: <http://www.ictusymujer.org/>



Para conseguir este objetivo, este proyecto llevará acabo diversas acciones de comunicación, basadas en la generación de contenidos gráficos y audiovisuales; organización de jornadas de sensibilización y concienciación, así como desarrollo de encuestas.



Dirigida a población en general y al colectivo de mujeres- que pongan de manifiesto el grado de conocimiento de la enfermedad y sus repercusiones, y por tanto la gravedad de la situación a fin de generar una reacción colectiva.



El ictus es la 1ª causa de muerte en mujeres. Uno de los motivos es que la mujer tarda en acudir a las urgencias hospitalarias y ante cualquier posible signo de alarma, ¡no reacciona a tiempo!

2.3



COLECTIVO EMPLEADOS ESPACIOS CEREBROPROTEGIDOS

"Creamos espacios seguros donde haya personas que puedan ayudar en caso de detectar un ictus"



2018 EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



ESPACIOS “CEREBROPROTEGIDOS”

El ictus es una enfermedad tiempo-dependiente, significa que el tiempo de actuación es clave para reducir el impacto que representa la enfermedad. Nuestro objetivo es conseguir reducir la mortalidad y la discapacidad que genera un ictus.

El “mejor” ictus es el que no ocurre, pero una vez que sucede la única manera de reducir su impacto es con una rápida y correcta actuación.

De igual manera que existen “espacios cardioprotegidos” nuestro objetivo es que haya también “**espacio cerebroprotegidos**”, entornos seguros donde haya personas informadas y formadas sobre lo que hay que hacer.

A diferencia con los infartos de corazón, en el ictus no hay ninguna maniobra que la persona tenga que realizar, ni hay que usar “desfibriladores” para reanimar al afectado, en el caso del ictus lo realmente importante es saber identificar los síntomas y activar los protocolos de emergencia.

Desde Freno al Ictus entendemos que los espacios que hay que proteger son aquellos donde las personas pasan algún momento de su día, su trabajo por supuesto, pero también bancos, supermercados, transportes públicos, tiendas, restaurantes, etc. Es decir lugares dónde acudimos habitualmente.

**APRENDE A DETECTAR
UN ICTUS Y ACTUAR**



¡CADA MINUTO CUENTA!

1 ¿CÓMO CONSEGUIMOS CREAR ESOS ESPACIOS ?

A través de las empresas y sus empleados, empleados de empresas de distribución, comercio, restauración y empleados públicos, es decir, empleados que están en continuo contacto con su clientes: las personas.

Informamos y formamos a tus empleados en detección, estabilización y actuación en caso de ictus, dándoles información para que puedan ayudar a su cliente.

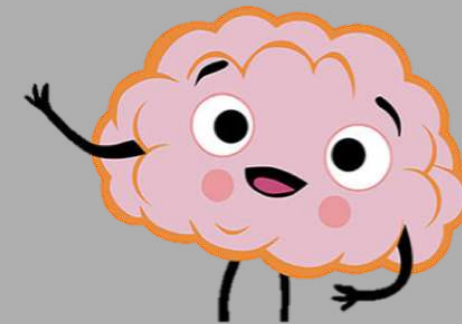
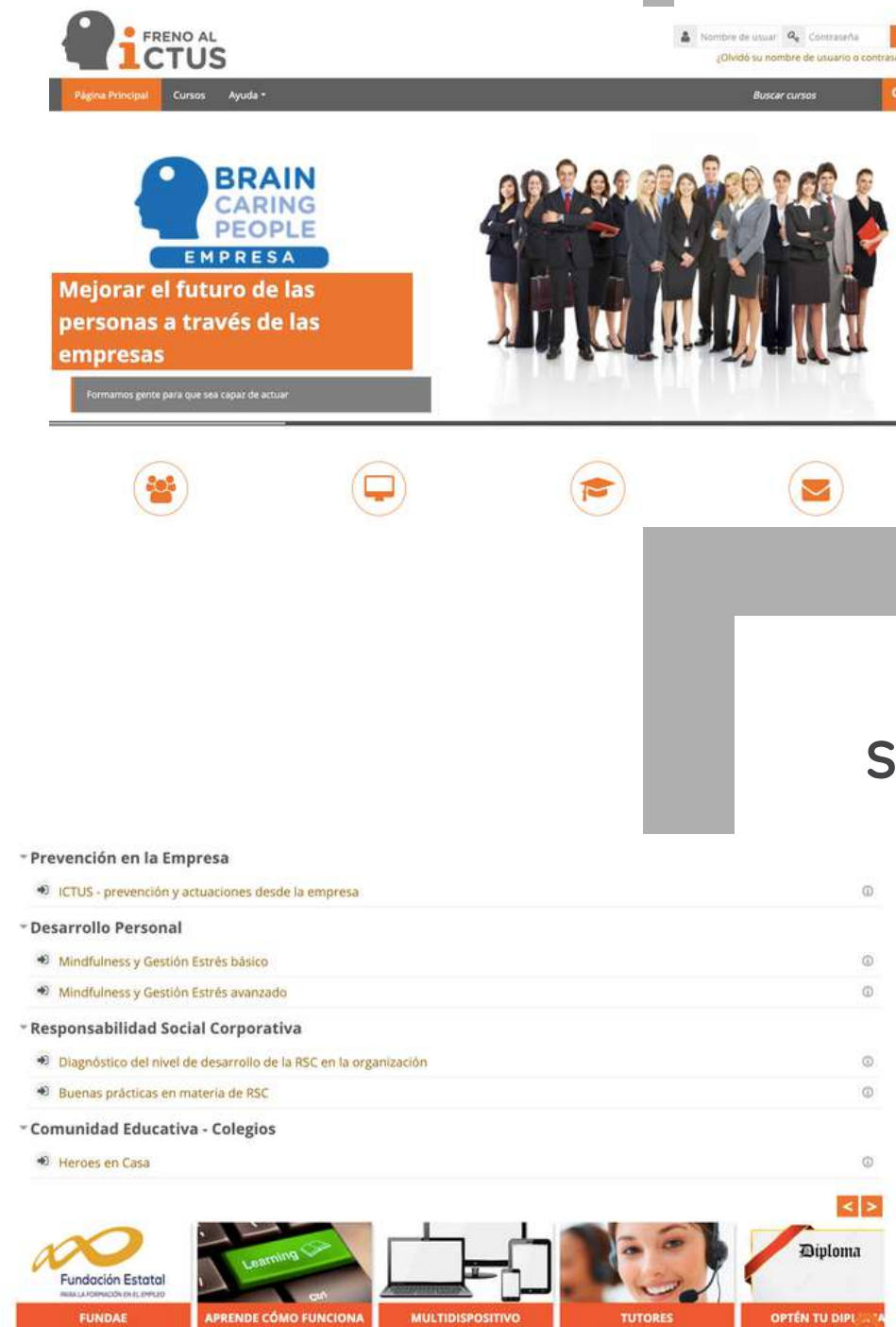
2 ¿CÓMO AYUDAMOS A LAS EMPRESAS A CREAR “ESPACIOS CEREBROPROTEGIDOS”?

La forma en la que conseguimos formar a un gran número de tus empleados, independientemente de su distribución geográfica es a través de la **formación online**: una formación específica, útil y dirigida para que tus empleados puedan ayudar a otros.

Este curso de formación se encuentra incluido dentro del proyecto “**Brain Caring People Empresa**” que pretende reducir el impacto del ictus en la sociedad gracias a las empresas, proporcionando información y formación de alto impacto positivo para el empleado y para su entorno personal y social. *Ver capítulo de empresas.



El curso ha sido desarrollado con el apoyo de la Sociedad Española de Neurología y se encuentra incluido dentro de FUNDAE y bonificado al 100%.



Súmate al efecto multiplicador y ayúdanos a crear “espacios cerebroprotegidos”.



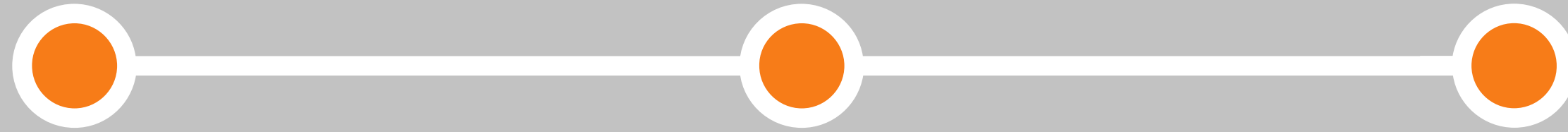
LÍNEAS DE ACTUACIÓN

3. LA EMPRESA, UN CANAL DE COMUNICACIÓN DIRECTO PARA PREVENIR EL ICTUS

“El entorno laboral se ha convertido para Freno al ICTUS en un escenario idóneo para concienciar a las personas sobre la importancia del ictus y su prevención”



3.1



SELLO BCP EMPRESA

Impactos en Empresas



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

SELLO BCP EMPRESA

Desde Freno al ICTUS hemos desarrollado el proyecto **Brain Caring People Empresa** que pretende “eliminar” el drama personal, familiar, laboral y social que representa el ictus en nuestro país a través del empleado y las empresas. Brain Caring People cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología, la Fundación del Cerebro y la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral AESPLA.

Brain Caring People se encuadra dentro de las acciones de recursos humanos, corporate wellness, prevención de riesgos laborales, servicio médico y responsabilidad social corporativa de las organizaciones.



EL PROYECTO TRABAJA EN DOS LÍNEAS PRINCIPALES:

1 LA PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD: El 90% de los Ictus son debidos a causas modificables sobre las que podemos actuar, es decir, la gran mayoría de los Ictus son prevenibles. La información sobre los factores de riesgo se vuelve fundamental para la prevención de la enfermedad.



**La persona
el colectivo de empleados de
una organización.**

2 LA IMPORTANCIA DEL TIEMPO: El ictus es una enfermedad donde el tiempo de reacción es clave para reducir la mortalidad y la discapacidad que provoca, enseñamos a saber detectar un ictus y a saber actuar correctamente, creando “héroes” en la sociedad que puedan ayudar a otros.



**La comunidad
el entorno personal,
familiar y social del
empleado.**

Brain Caring People tiene dos poblaciones diana:

3.2



BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA:

El 2018 en números



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



SELLO BCP EMPRESA

2018 ha sido un gran año para la consolidación del proyecto y para la suma de personas y empresas a nuestro **“efecto multiplicador”** desde el entorno laboral.

Un proyecto que comenzó en 2016 y que ha conseguido sumar en este corto período de tiempo a más de 100 empresas, representando un alcance global -directo e indirecto- de más de **1.000.000 de personas**.

LOS NÚMEROS DEL 2018:



LAS EMPRESAS DE 2018

Este año han sido muchas las empresas que han contado con nosotros para informar a sus empleados dentro de sus programas en las áreas de Recursos Humanos, Prevención de Riesgos Laborales, Salud y Seguridad Laboral o Responsabilidad Social Corporativa: Santalucía, Alstom, Campofrio, Iberia, Qualicaps, GAES, Bayer, Mercer, Daiichi Sankyo, Mercer, Casino Gran Madrid, Initec, Michelin, Allianz, Boehringer Ingelheim, Red Eléctrica, National Nederlanden, Cesce, Generali, HP, OHL, Ferrovial, OION, Capgemini, Jazzplat, Pfizer, DGT, Lilly, Indra,

Pero nos gustaría destacar 4 proyectos como ejemplo por su alcance y diversidad para conseguir llegar a toda la organización:



Gracias a la colaboración de Sanitas estamos realizando acciones de comunicación en las empresas aseguradas de la firma, dentro de los acciones de promoción de la salud en la empresa. Organizaciones como Iberia, HP, Altran, Ferrovial, UPS o Capgemini dónde hemos realizado acciones este año.



El presidente de la asociación Freno al Ictus, Julio Agredano, impartió una interesante conferencia en el Centro Directivo de Correos sobre el Ictus y su prevención, dentro del ciclo "Aprendiendo con Correos". Dicha acción tuvo un total 200 asistentes y un alcance de 80.000 empleados a través de una píldora informativa publicada en su web y canal de youtube.

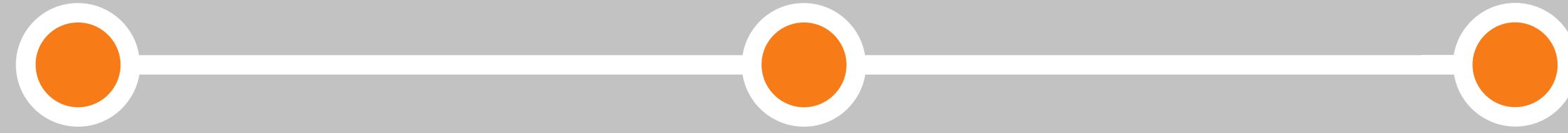


Ibermutuamur, Mutua colaboradora con la Seguridad Social y Freno al Ictus estamos llevando a cabo una campaña de sesiones divulgativas en todo el país. Este año se han realizado acciones en Madrid, Valencia, Alicante, Málaga, Guadalajara y Valladolid, destinadas a sensibilizar sobre las enfermedades cerebrovasculares, así como las circunstancias para su consideración como accidente laboral. Estas acciones han llegado a más de 75 empresas mutualistas de Ibermutuamur.



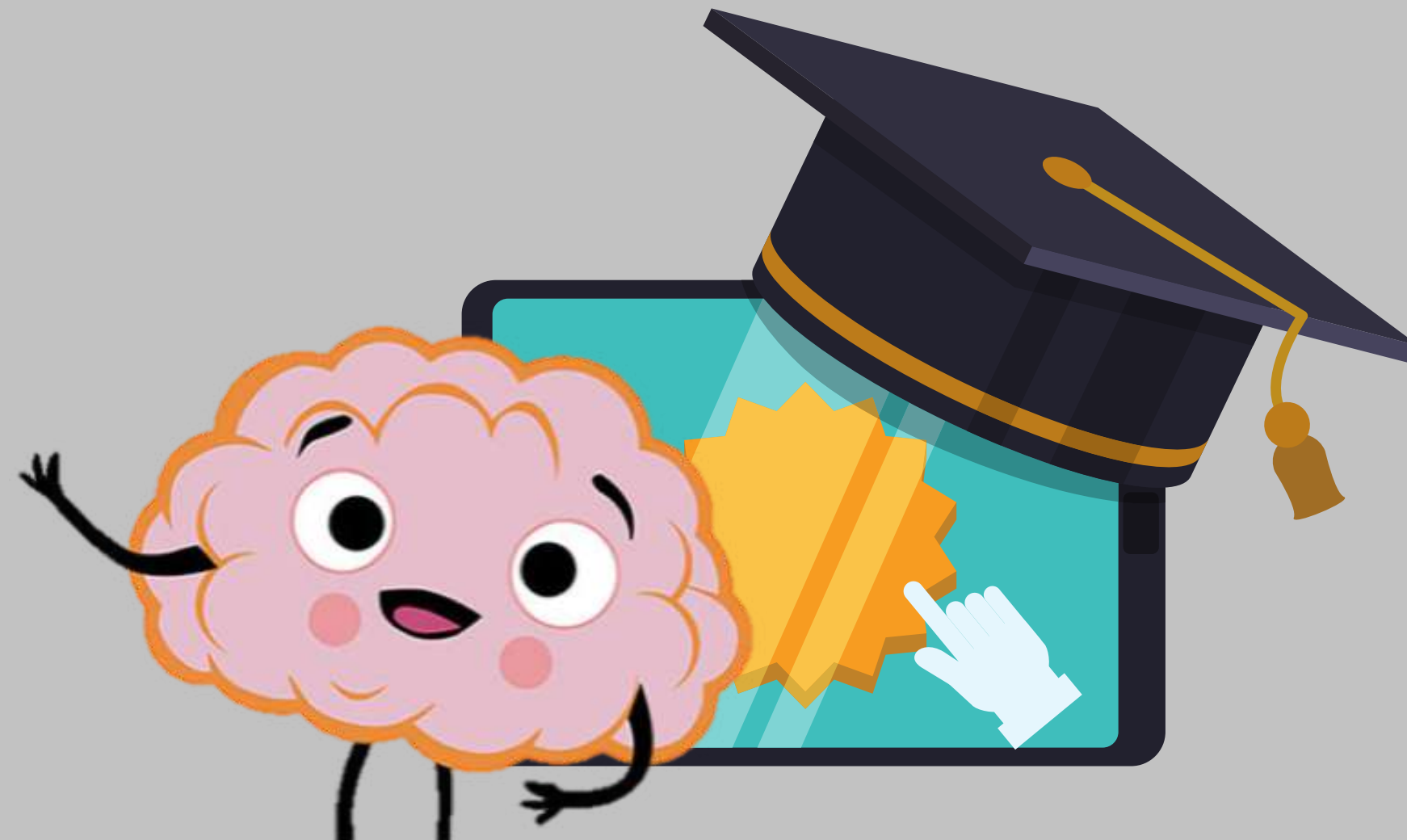
Freno al Ictus y Red Eléctrica de España realizaron un proyecto de concienciación a nivel nacional con acciones presenciales divulgativas e informativas en diferentes ciudades españolas. Además, se ha distribuido un video a todos los empleados del grupo para conseguir que la información llegue a toda la plantilla.

3.3



¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO?

Informar y formar



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO?

Informar y formar a tus empleados para que conozcan los factores de riesgo y su prevención, las señales de alarma y la correcta actuación para ganar tiempo al reloj y poder ser de ayuda a otros en su entorno laboral, personal y social.

Brain Caring People contempla un conjunto de acciones para conseguir estos objetivos:

- Dando visibilidad a la enfermedad entre tu plantilla con el uso de materiales informativos.
- Concienciando a tus colaboradores a través de mensajes positivos, con acciones divulgativas experienciales, presenciales, streaming y píldoras de información online.
- Siendo héroes dentro de la empresa, formando a técnicos de prevención y voluntarios en primeros auxilios para saber como actuar en caso de ictus.

¿ES IMPORTANTE COMO EMPRESA SABER MÁS DEL ICTUS? sí

¿Qué es un ICTUS?
El ictus es una alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro provocando el consiguiente daño NEURONAL.

¿Se puede prevenir?
La buena noticia es que el **90%** de los ictus son prevenibles.

El tiempo de actuación es vital para REDUCIR las secuelas de un ictus.

en ESPAÑA
El ICTUS representa la **2ª causa de muerte global** y la **1ª causa de muerte** entre las mujeres.

IMPACTO SOCIAL
Cada año afecta a **120.000** personas provocando la muerte o una discapacidad grave al 50% de ellos. 1 de cada dos afectados no se recupera.

1 de cada 6 personas tendrá un ictus a lo largo de su vida.

Una enfermedad que en los últimos años ha experimentado un gran crecimiento en gente joven y adultos jóvenes, debido en gran medida a los hábitos de vida POCO SALUDABLES.

Las enfermedades no traumáticas representan con el **45%** la primera causa de mortalidad por accidente laboral en nuestro país.

35% de los ictus son en edad laboral provocando una mortalidad 5 veces superior a la del cáncer de mama.

El ictus a pesar de la dimensión que tiene, sigue siendo una enfermedad muy desconocida en la población, en tu organización el **80%** de los empleados no conocen el impacto real de la enfermedad y no sabrían como actuar ante un ictus.

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO?

LA RESPUESTA: BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA

Desde Freno al ICTUS hemos desarrollado el proyecto Brain Caring People Empresa que pretende "eliminar" el drama personal, familiar, laboral y social que representa el ictus en nuestro país a través del empleado, a través de las empresas.

Brain Caring People se encuadra dentro de las acciones de recursos humanos, corporate wellness, prevención de riesgos laborales, servicio médico y responsabilidad social corporativa de las organizaciones.

El proyecto trabaja en dos líneas principales:

- **LA PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD:** El 90% de los ICTUS son debidos a causas modificables sobre las que podemos actuar, es decir, la gran mayoría de los ICTUS son prevenibles. La información sobre los factores de riesgo se vuelve fundamental para la prevención de la enfermedad.
- **LA IMPORTANCIA DEL TIEMPO:** El ictus es una enfermedad donde el tiempo de reacción es clave para reducir la mortalidad y la discapacidad que provoca, enseñamos a saber detectar un ictus y a saber actuar correctamente, creando "héroes" en la sociedad que puedan ayudar a otros.

Brain Caring People tiene dos poblaciones diana:

- **La persona**, el colectivo de empleados de una organización.
- **La comunidad**, el entorno personal, familiar y social del empleado.

¿QUÉ PODEMOS HACER?

Informar y formar a tus empleados para que conozcan los factores de riesgo y su prevención, las señales de alarma y la correcta actuación para ganar tiempo al reloj y poder ser de ayuda a otros.

Brain Caring People contempla un conjunto de acciones para conseguir estos objetivos:

- **Dando visibilidad a la enfermedad entre tu plantilla** con el uso de materiales informativos.
- **Concienciando a tus colaboradores** a través de mensajes positivos, con acciones divulgativas experienciales, presenciales, streaming y píldoras de información online.
- **Siendo héroes dentro de la empresa**, formando a técnicos de prevención y voluntarios en primeros auxilios para saber como actuar en caso de ictus.
- **Creando espacios "cerebroprotegidos"** con formación elearning a empleados en contacto con vuestro cliente. "Formación Incluida en FUNDAE y bonificada al 100%".
- **Impactando positivamente** en la comunidad a través de proyectos de Responsabilidad Social Corporativa y voluntariado corporativo "Héroes en casa".
- **Formando parte de un mapa nacional** sobre la enfermedad que pretende cambiar la situación del ictus en nuestro país.
- **Reconociendo a tu empresa** como una organización "Brain Caring People".

ÚNETE, AYÚDANOS A MULTIPLICAR

Telefónica, BBVA, Iberia, Correos ya lo hicieron, únete a las más de 100 empresas de este país que ya se han sumado al "efecto multiplicador". Juntos vamos a cambiar la situación del ictus en nuestra sociedad.



EN LA INFORMACIÓN ESTÁ LA CLAVE, POR TUS EMPLEADOS, POR TU EMPRESA, POR TU ENTORNO, ES EL MOMENTO DE INFORMAR, LLÁMANOS Y PONGAMOS FRENO AL ICTUS.

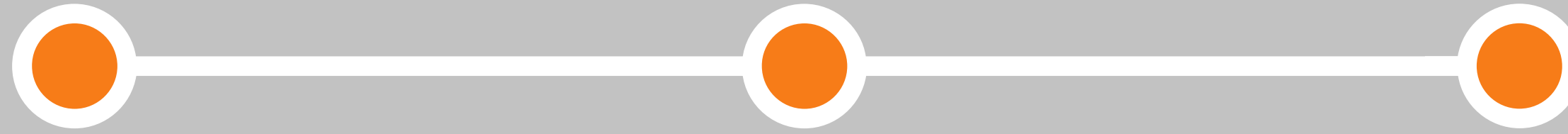


www.frenoalictus.org

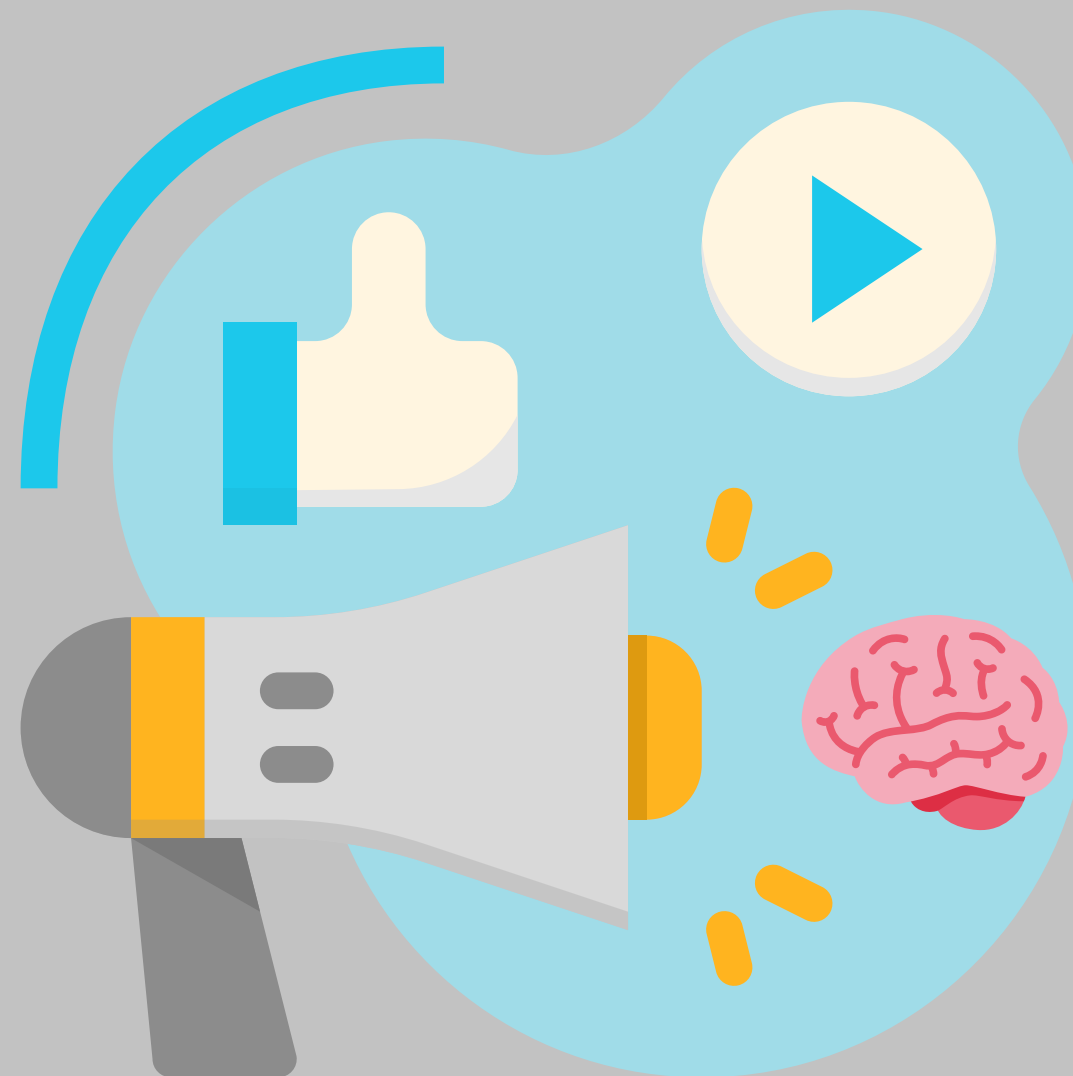
empresas@frenoalictus.org

- Creando espacios "cerebroprotegidos" con formación elearning a empleados en contacto con vuestro cliente. Formación incluida en FUNDAE y bonificada al 100%.
- Impactando positivamente en la comunidad a través de proyectos de Responsabilidad Social Corporativa y voluntariado corporativo como "Héroes en casa".
- Formando parte de un mapa nacional sobre la enfermedad con el fin de cambiar la situación del ictus en nuestro país.
- Reconociendo a tu empresa como una organización "Brain Caring People".

3.4



MATERIAL GRÁFICO INFORMATIVO



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

MATERIAL GRÁFICO INFORMATIVO

Este año hemos desarrollado conjuntamente con la **Fundación MAPFRE** y con la **Sociedad Española de Neurología** diversos materiales divulgativos para informar y formar en las empresas.

Estos materiales consisten en carteles, dípticos y salvamanteles informativos que serán distribuidos en aquellas organizaciones que realicen proyectos dentro de la línea

#BrainCaringPeopleEmpresa complementando las acciones divulgativas y formativas que se realicen en las empresas, con el objetivo de mejorar la salud cerebrovascular de sus empleados y de la sociedad.

Más información en: empresas@frenoalictus.org y súmate al movimiento de poner freno al ictus.

¿Sabes cómo prevenir un ictus?

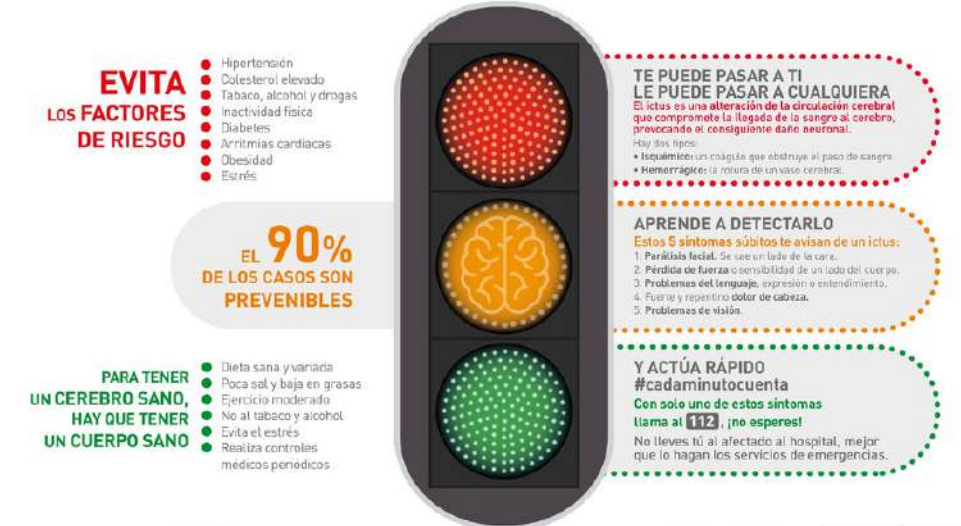


iElige salud!



CARTEL

iElige salud!



SALVAMANTELES



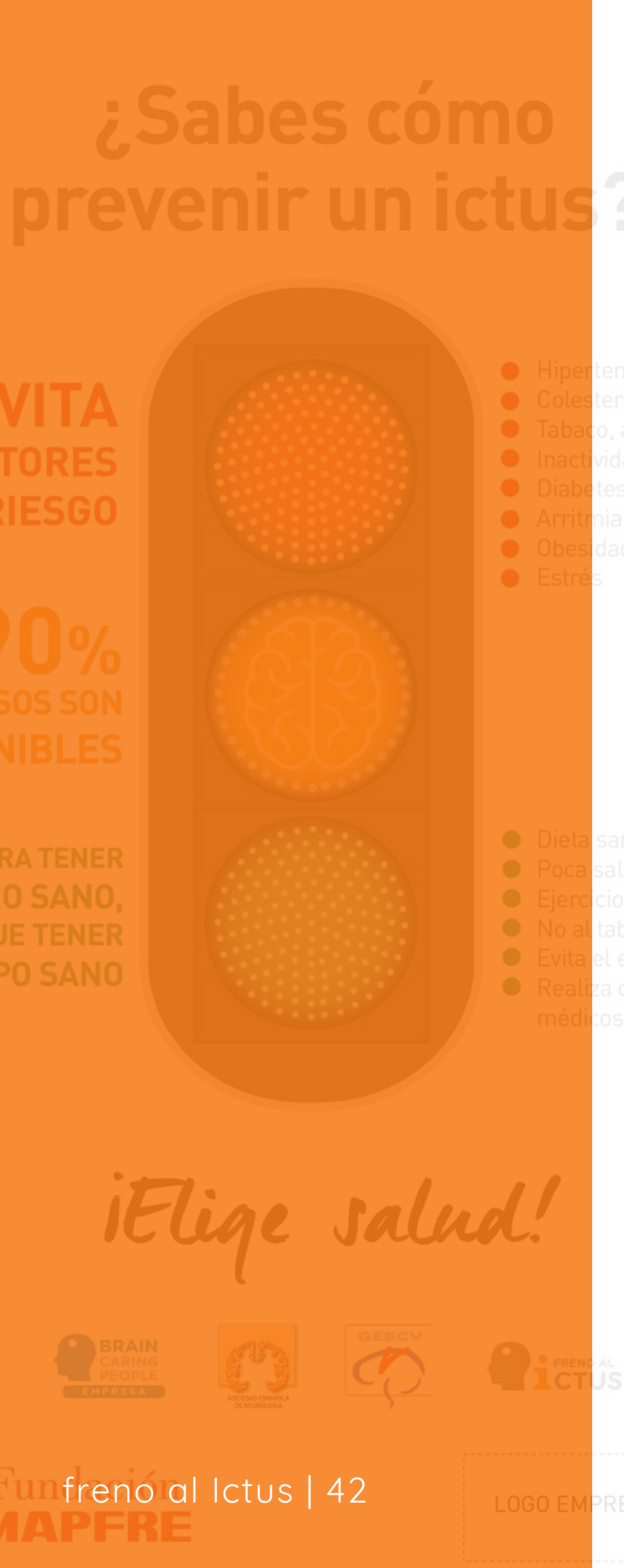
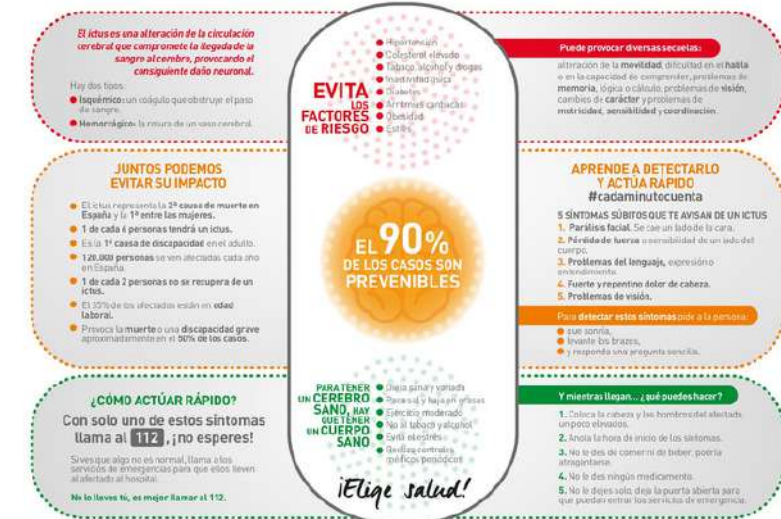
¡Ponte en marcha! Aprende a prevenir un ictus y frena!



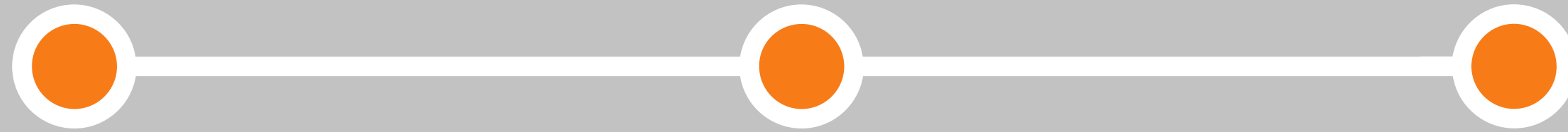
iElige salud!



FOLLETO INFORMATIVO



3.5



LA RESPONSABILIDAD SOCIAL CORPORATIVA PARA CAMBIAR LA SITUACIÓN



LA RSC PARA CAMBIAR LA SITUACIÓN

Este año hemos realizado junto con Correos y dentro de su línea de RSC una acción para sacar la enfermedad a la calle, 2.500 carros de reparto de correos han llevado información sobre la enfermedad y han acercado información vital al ciudadano.

Conocimiento...

“APRENDIENDO JUNTOS CON Correos”

Queremos darte a conocer distintas temáticas de interés general y de actualidad

Continuamos con...

 **Julio Agredano**
Presidente de la asociación Freno al Ictus.
Nos hablará desde su experiencia personal.

FRENO AL ICTUS 

Todos podemos tener una arruga en nuestro traje de Superman.

¡Apúntate! Tu también puedes ayudar

 **26 de abril, de 15:30h a 16:30h**
Salón de Actos (Vía Dublín, 7)
Las conferencias tendrán lugar en Centro Directivo y se harán extensivas a las Zonas a través de medios digitales.

PARA INSCRIBIRTE RESPONDE A ESTE EMAIL CONFIRMANDO TU INTERÉS POR PARTICIPAR*



2.500 CARROS



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

LA RSC PARA CAMBIAR LA SITUACIÓN

También hemos querido buscar la implicación del empleado con el entorno a través de la RSC y el voluntariado corporativo de las empresas, integrando nuestro proyecto educativo “Héroes en casa” con la capacidad de llegada de los empleados en su comunidad.

Ver capítulo
“Héroes en casa”
para saber más sobre
el proyecto.

APRENDE A DETECTAR UN ICTUS Y ACTUAR RÁPIDO!!!

PROBLEMAS DE VISIÓN
Pídele que levante los BRAZOS

FUERTE Y REPENTINO DOLOR DE ABEZA

PÉRDIDA DE FUERZA
Pídele que levante los BRAZOS

PARÁLISIS FACIAL
Pídele que SONRÍA

PROBLEMAS DE EXPRESIÓN
¿Cómo te llamas?

PROBLEMAS DE VISIÓN
Hazle una PREGUNTA sencilla

Ante cualquiera de estos síntomas...

RECUERDA!!! Al hospital no se va, te llevan. Espera a que venga el servicio EMERGENCIAS a buscarte.

Llama al 112
¡CADA MINUTO CUENTA!

BUSCAMOS MULTIPLICADORES

HEROES ENCASA
www.heroesencasa.org

BRAIN CARING PEOPLE EDUCACIÓN

Colabora: Daiichi-Sankyo

Una iniciativa de: FRENO AL ICTUS

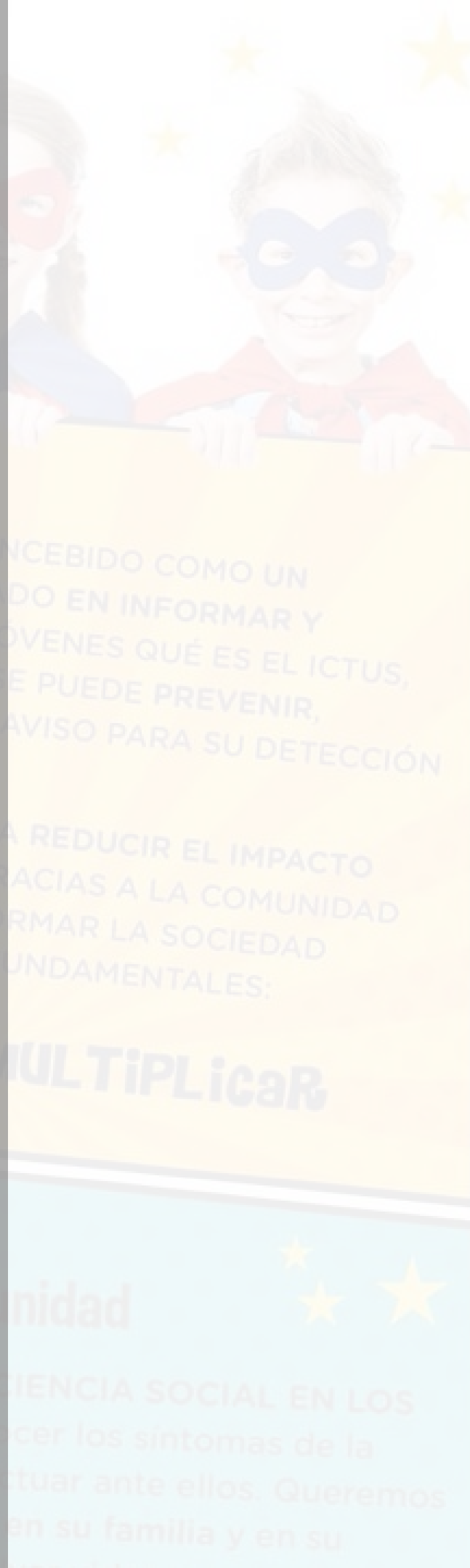
Con el aval de: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA, la fundación del cerebro, GEECV

LA RSC PARA CAMBIAR LA SITUACIÓN

¿Quién no quiere hablar de promoción de la salud con sus hijos y sus compañeros de clase? ¿Quién no quiere informar a los más jóvenes sobre cómo pueden ser héroes en su entorno para detectar y actuar en caso de ictus?

Hemos unido la inquietud social del empleado con nuestro proyecto **“Héroes en casa”**, dirigido a los chavales, a nuestros hijos, y estamos formando y certificando a padres (empleados) para que puedan hacer las acciones divulgativas en los colegios de sus hijos.

La empresa es la que tiene distribución geográfica con centros de trabajo en todo el territorio nacional y el empleado es el que tiene la capacidad de llegada al colegio de sus hijos. Uniendo las dos cosas conseguimos nuestro objetivo: “efecto multiplicador”.



Desarrollamos en tres líneas de actuación:

- 1 Captación de voluntarios, padres que quieran implicarse en el proyecto.**
- 2 Freno al Ictus certifica voluntarios y entrega el kit del voluntario con los materiales a presentar y a distribuir.**
- 3 Los voluntarios realizan la ejecución en el colegio de sus hijos**

También queremos que esta acción sea una acción de comunicación potente, personalizamos los materiales y entregables a la imagen corporativa y se realiza un plan de comunicación interno y externo del proyecto para darle visibilidad en la comunidad.

¿Te interesa? Hablamos y te contamos como implementarlo.

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

LA RSC PARA CAMBIAR LA SITUACIÓN



No queríamos cerrar este bloque sobre **responsabilidad social corporativa** en las empresas sin comentar que **Freno al ICTUS junto con IBM y la Sociedad Española de Neurología**, han desarrollado una plataforma para conocer la situación del ictus en España a través de las empresas.

El proyecto busca conocer la situación de la enfermedad en España por medio de la población laboralmente activa, es decir, los empleados de las organizaciones.

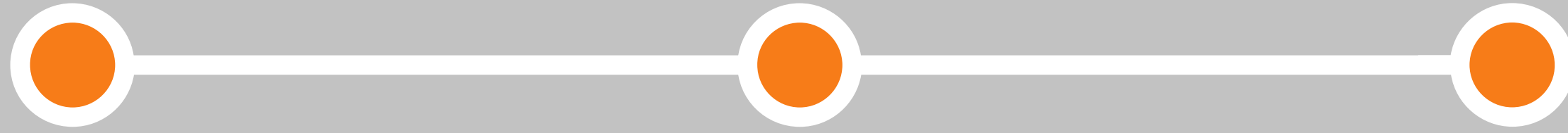
Los datos recogidos serán analizados por la Sociedad Española de Neurología para buscar puntos de mejora en el sistema gracias a la información obtenida por medio de las empresas.

Las empresas que participen en acciones dentro del proyecto **“Brain Caring People”** serán invitadas a participar en este estudio que persigue mejorar la situación de la enfermedad a través del conocimiento que tienen las empresas sobre el ictus.

Ayúdanos a mejorar la situación y el impacto social de la enfermedad.



3.6



SUMANDO FUERZAS CON LOS PROFESIONALES DE LA SALUD LABORAL



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



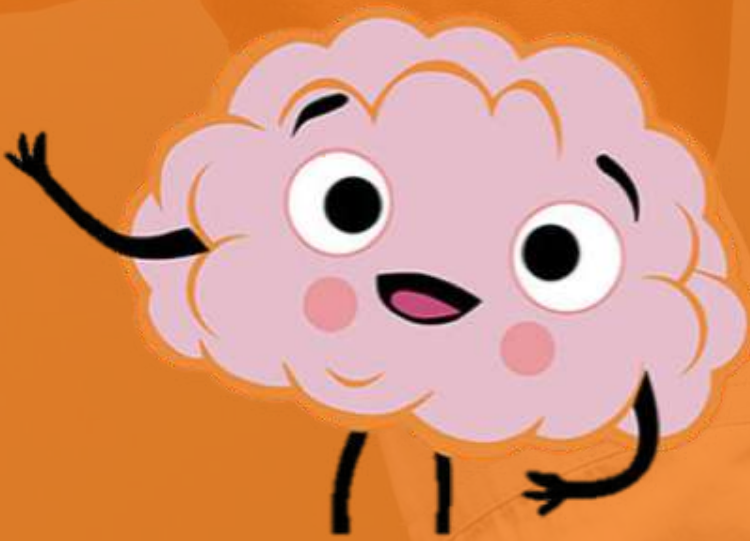
SUMANDO FUERZAS CON LOS PROFESIONALES DE LA SALUD LABORAL

Este año hemos continuado incorporando organizaciones que nos ayuden a llegar a más empresas, sumándolas a los apoyos que ya teníamos y que nos ayudan a multiplicar en la sociedad.

En esta línea hemos firmado nuevos convenios y realizado acciones con grupos profesionales con responsabilidad en la salud laboral de las organizaciones.

En el ámbito empresarial nos hemos centrado en aquellos colectivos profesionales que tienen una especial importancia en la prevención de las enfermedades en el ámbito laboral, dentro de esta línea de colaboración hemos cerrado convenios y acciones con mutuas del trabajo, aseguradoras, colectivos profesionales en salud y seguridad en el trabajo, asociaciones de directivos de recursos humanos y técnicos de prevención de riesgos laborales.

Dentro de las Mutuas del Trabajo hemos firmado acuerdos de colaboración con **Fraternidad-Muprespa, Mutualia, Umivale, Activa Mutua y Asepeyo que se suman a MC-Mutual e Ibermutuamur** para realizar acciones con sus mutualistas que ayuden en la prevención y el menor impacto de la enfermedad en sus colectivos protegidos.



SUMANDO FUERZAS CON LOS PROFESIONALES DE LA SALUD LABORAL

Dentro de los convenios firmados este año destacamos el firmado con la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral AESPLA y que avala nuestro proyecto Brain Caring People Empresa. AESPLA agrupa algunas de las principales empresas de este país y gracias a esta colaboración este año hemos realizado acciones en gran parte de sus empresas asociadas. leer nota de prensa: <http://ow.ly/3gvY30naP4i>

Durante 2019 seguiremos en esta misma línea de buscar ese efecto multiplicador que nos haga llegar a más gente.



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



ACCIONES DIVULGATIVAS

Este año también destacamos la colaboración que tenemos con **Sanitas** -empresa especializada en salud- y que nos permite llegar a través de ellos a sus empresas aseguradas, habiendo realizado acciones divulgativas en varias de sus empresas cliente.

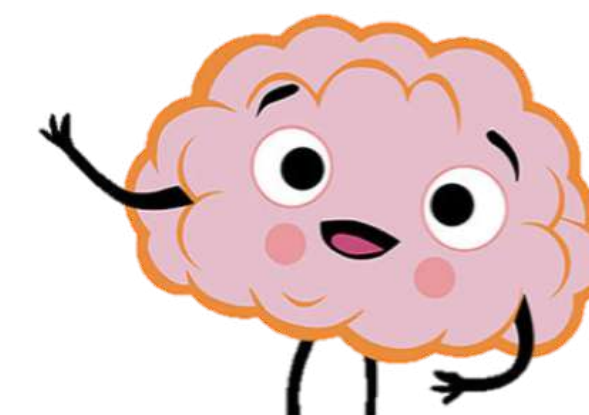
Durante el año 2018 hemos participado en diferentes acciones divulgativas con colectivos profesionales que nos han permitido llegar a personas con responsabilidad en la gestión y la salud de los colaboradores en sus organizaciones para ejecutar proyectos específicos en sus empresas, dentro de estas acciones destacamos las realizadas con:

- **Desayuno Freno al ICTUS con MC Mutual y Quirónsalud.**
- **Jornada formativa con el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST).**
- **Programa nacional sobre prevención cerebrovascular en las empresas con Ibermutuamur.**
- **Jornada en el Colegio Oficial de Graduados Sociales de Madrid - Fraternidad-Muprespa.**
- **Escuela de Salud de Sanitas.**
- **Jornadas informativas Freno al ICTUS - Coraops.**
- **Desayuno informativo Asociación de Empresarios de Alcobendas.**
- **Jornada Empresa Saludable de ASEPEYO.**
- **Congreso de Prevención de Riesgos Laborales en la Administración Pública de de Castilla y León.**



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

ACCIONES DIVULGATIVAS



Desayuno de trabajo **FRENO AL ICTUS**

Miércoles
31 de enero de 2018
de 9:30 a 11:30 h.

Sala Siglo XXI
Hospital Ruber Juan Bravo
C/ Juan Bravo, 49, 8ª planta
28006 Madrid

PROGRAMA

09.30 - 09.40 h. Apertura y presentación de la jornada (MC MUTUAL / QUIRÓN SALUD)

09.40 - 10.15 h. El ICTUS agudo, cuando el tiempo es cerebro
Dr. Jaime García Valcárcel, Neurólogo, Coordinador de la Unidad de ICTUS

10.15 - 10.45 h. ICTUS: La empresa como elemento clave en la mejora de la situación de la enfermedad
Julio Agredano, Presidente Freno al ICTUS

10.45 - 11.00 h. Preguntas y debate

11.00 - 11.30 h. Café y *networking*

CONFIRMACIÓN DE ASISTENCIA:

ASOCIACIÓN FRENO AL ICTUS
María Monteagudo, maria.monteagudo@frenoalictus.org

MC MUTUAL
Alicia Tarifa, atarifa@mc-mutual.com





Sanitas **FRENO AL ICTUS**

PARTE DE Bupa

Escuela de Salud

En Sanitas queremos cuidar de ti en todo momento, por eso te ofrecemos a través de nuestra Escuela de Salud, la oportunidad de asistir al taller de prevención de Ictus.

TALLER DE PREVENCIÓN DE ICTUS

Expertos de la Asociación Freno al Ictus, nos darán pautas para poder evitarlos, y sobre todo, para saber cómo actuar en caso de sufrir uno, ya que las primeras horas son vitales.

Reserva tu plaza [aquí](#) indicando tu nombre, apellidos y DNI.

Jueves 27 de Septiembre

18:00h.

NH ZURBANO.
C/ Zurbano, 79-81. Madrid

Máximo un acompañante. Aforo limitado.

ibermutuamur **Sesión Informativa**

Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 274

Empresa saludable. Prevención y sensibilización de enfermedades y accidentes cardio y cerebrovasculares (Ictus)

Málaga, 13 de noviembre de 2018 – 10:00 horas
Lugar de celebración: Confederación de Empresarios de Málaga - CEM
C/ San Lorenzo, 20
29001 Málaga

Presentación

En esta sesión informativa se abordará la problemática de la enfermedad y los accidentes cardiovasculares y cerebrovasculares (ictus), así como las posibilidades que tienen desde las empresas de promover el desarrollo de hábitos de vida saludable.

El objetivo es, desde el programa de empresa saludable de Ibermutuamur, contribuir a apoyar esta línea de sensibilización en el ámbito de la salud laboral de nuestras empresas mutualistas.

Programa

10:00 h. **Bienvenida y presentación**
Dña. Paula García Parra
Directora de Ibermutuamur en Málaga

10:05 h. **La empresa saludable, riesgos que intenta evitar y beneficios para el trabajador**
D. Fernando Banandrés García
Técnico Superior de Prevención de Ibermutuamur en Málaga

10:15 h. **Concepto de riesgo cardiovascular en torno al concepto de laboralidad**
D. Juan Manuel Vilalba Postigo
Director Médico de Zona de Contingencias Profesionales de Ibermutuamur en Málaga

10:30 h. **Ictus. ¿Qué hay que saber?**
D. Carlos Catalina Romero
Psicólogo clínico del Departamento de Proyectos Sanitarios de Ibermutuamur en Servicios Centrales

11:00 h. **La empresa un elemento clave en la mejora de la situación del ictus en la sociedad**
D. Julio Agredano Lozano
Presidente de la Asociación Freno al Ictus

11:45 h. **Conclusiones y debate**

12:15 h. **Fin de la jornada**

Para confirmar asistencia:
Nuria Rios Garcia - Teléfono: 952 61 41 88 - E-mail: nurarios@ibermutuamur.es

Colabora:



VI Jornada de Prevención de Riesgos Laborales
en la Administración Pública
12 de diciembre de 2018
Sala Miguel Velibes | Teatro Calderón | Valladolid

"Hábitos saludables y medio laboral"

- 8:45-9:15 h. Entrega de documentación
- 9:15-9:30 h. Inauguración. Ilma. Sra. D.ª Marta López de la Cuesta Viceconsejera de Función Pública y Gobierno Abierto. Consejera de la Presidencia. Junta de Castilla y León.
- 9:30-10:15 h. Conferencia inaugural
Prevenir enfermedades desde la empresa es posible: prevención del ictus y sus consecuencias en la sociedad.
D. Julio Agredano. Asociación Freno al ICTUS.
- Mesa redonda
Modera: Rafael Ceña Callejo, Jefe de Servicio de Coordinación y Prevención de Riesgos Laborales. Dirección General de la Función Pública. Consejera de la Presidencia.
10:15-10:40 h. **Estilo de vida y exposoma.** Dr. Tomás Camacho García. Coordinador Nacional del Área de Toxicología Clínica (AETOX).
10:40-11:05 h. **¿Qué significa ser una empresa saludable?**
Dr. Francisco Marqués Marqués. Director del Departamento de Promoción de la Salud y Epidemiología Laboral. INSyST.
11:05-11:30 h. **Empleados sanos en empresas saludables.**
Dr. Luis Peinoso. Presidente de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del trabajo.
11:30-11:55 h. **Estrategia de Promoción de la Salud Hospital 12 de Octubre.** Día. Carmen Muñoz. Jefe del Servicio del Servicio Propio de Prevención del Hospital Universitario 12 de Octubre.
- 11:55-12:15 h. **Debate**
- 12:15-12:45 h. **Café**
- 12:45-13:30 h. Conferencia clausura
Adicciones de nuestros días. Dr. Blas Bombin. Psiquiatra. Director Técnico de CETRAS
- 13:30-13:45 h. **Clausura.** Excmo. Sr. D. José Antonio de Santiago-Juárez López. Consejero de la Presidencia. Junta de Castilla y León.

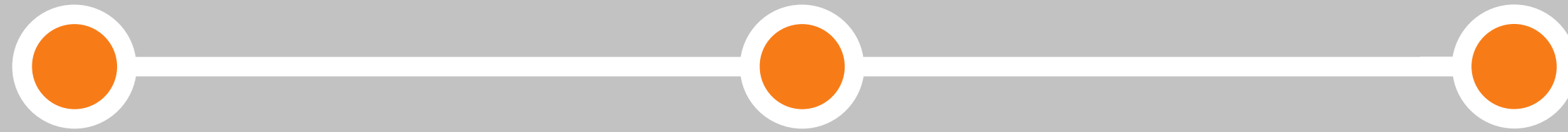
Organiza:



Colabora:



3.7



SELLO DE RECONOCIMIENTO BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



SELLO DE RECONOCIMIENTO BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA

Desde Freno al Ictus hemos querido reconocer y dar visibilidad a todas aquellas organizaciones que se preocupan y ocupan de la salud cerebrovascular de sus organizaciones y de su entorno.

Freno al Ictus este año ha otorgado el sello **“Brain Caring People Empresa”** a un conjunto de organizaciones que han realizado proyectos significativos en alcance -número de personas alcanzadas y diversidad de los proyectos- y que ayudan a mejorar la sociedad a través de extender el conocimiento sobre el ictus entre sus empleados y la comunidad.

Brain Caring People tiene concedido el aval social de la **Sociedad Española de Neurología**, de la **Fundación del Cerebro** y la **Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral AESPLA**, reforzando así el reconocimiento de la sociedad científica y la comunidad de prevención de riesgos laborales a esta importante labor.

Este año hemos concedido el premio a empresas tan representativas de sus respectivos sectores como; Indra, Liberty, Siemens-Gamesa, Campofrío, BBVA, Fraternidad-Muprespa, Boehringer Ingelheim, Telefónica, Mercer y Red Eléctrica Española, sumándose así a Santalucia, Generali y Asisa.

SELLO DE RECONOCIMIENTO BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA

Nos enorgullece que empresas de diferentes sectores de actividad hayan aceptado este reconocimiento, indicando así claramente que la salud de las personas es una tarea que nos compete a todos, independientemente de nuestro sector de actuación.

“La compañía tiene un especial compromiso con los profesionales en materia de salud y seguridad, concretamente en la prevención de riesgos. Aprender a detectar y prevenir enfermedades como el ictus, supone un hito importante para nosotros”.

José Cabello
Dir. Gral. RRHH de Indra



“Para ASISA es un orgullo recibir un sello que reconoce nuestro compromiso con la promoción de hábitos de vida saludable entre nuestros empleados y refuerza nuestros valores como empresa saludable”.

Dr. Enrique de Porres
Consejero delegado de ASISA



“En Liberty ponemos a las personas en el centro, empezando por quienes formamos parte de la compañía. Por ello, estamos comprometidos con el bienestar y la felicidad de todos”.

M^a Eugenia Mugerza,
Dir. de Talento de Liberty Seguros



SELLO DE RECONOCIMIENTO BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA

“Este reconocimiento supone un orgullo para todos los que trabajamos velando por la seguridad y la salud de los empleados. En Siemens Gamesa, promovemos activamente una cultura de prevención de riesgos laborales”

Nestor Rekalde

Calidad, Seguridad y Salud, y Medio Ambiente de Siemens Gamesa



“BBVA es una entidad financiera pionera en el impulso de acciones preventivas en el ámbito laboral. Desde hace varios años se trabaja internamente en la difusión de documentos informativos sobre este problema de salud”.

María Aguirre

Dir. de Talento y Cultura de BBVA



“La empresa hizo una campaña informativa distribuyendo un vídeo e información divulgativa con un alcance de 2.800 personas personas entre todos los empleados del grupo en España”.

Eduardo Miguel Orense

Dir. de RRHH de Campofrío



“El ictus es una enfermedad de primerísimo nivel y que todo lo que se haga para difundir la información, es poco”.

Carlos Aranda

Dir. Gte de Fraternidad-Muprespa



SELLO DE RECONOCIMIENTO BRAIN CARING PEOPLE EMPRESA



“Este reconocimiento es importante ya que demuestra que en Telefónica continuamos por el buen camino por una apuesta en la mejora del bienestar de las personas”.

Diego San Segundo
Dir. Global de Estrategia de RR.HH. y Planificación de Telefónica



“Es un orgullo recibir este reconocimiento, no solo por nuestra dedicación diaria para con los pacientes, la población en general así como con la comunidad médica, sino además, por nuestro compromiso por la salud y el bienestar de nuestros colaboradores”

Olga Salomó
Dir. de RRHH de Boehringer Ingelheim,



“Este reconocimiento es muy importante para nosotros ya que refuerza nuestra apuesta como empresa saludable que trabaja por la mejora del bienestar de las personas que formamos parte de ella”.

Juan Vicente Martínez
Dir. de RRHH de Mercer



“Estamos encantados de tener la oportunidad de promover la salud a nivel laboral y concienciar a nuestro talento sobre los factores de riesgo y medidas de actuación frente a las enfermedades cerebrovasculares”

José Antonio Vernia Peris
Dir. de RRHH de Red Eléctrica de España



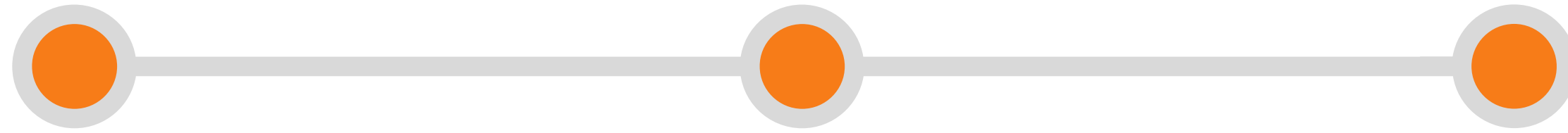


LÍNEAS DE ACTUACIÓN

4. JORNADAS, PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS

“Freno al ICTUS desarrolla, colabora y participa en acciones de carácter divulgativas que ponen al ictus en primer plano para que la sociedad tome conciencia de la gravedad de la enfermedad y su impacto social”

4.1



espacio ictus

Un punto de encuentro para la salud

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

ESPACIO ICTUS

¿Qué es espacio ictus?

Un punto de encuentro para la salud, un espacio abierto para el diálogo e intercambio de conocimiento y experiencias sobre el ictus, creado por la Asociación Freno al ICTUS.

¿Por qué espacio ictus?

Necesidad de crear un efecto multiplicador en la sociedad, que haga del ictus una enfermedad más y mejor conocida. Para ello, Freno al Ictus quiere ser un punto de referencia y dirigir sus esfuerzos para conseguir una transformación social y sanitaria.

El formato de **"espacio ictus"** es un ciclo de jornadas, cuyo objetivo es tratar temas de interés para generar un impacto recurrente sobre la enfermedad.

Espacio ictus cuenta con **el aval social de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Fundación el Cerebro (FEEN) y el apoyo del Grupo de Estudios de Enfermedades Cerebro Vasculares de la SEN (GEECV).**



OBJETIVOS

- **Promover y dinamizar** la prevención del ictus a través de la información, sensibilización y concienciación de la sociedad.
- **Apoyar** a servicios de salud, sociedades científicas, instituciones, centros de investigación, comunidad científica y colectivos profesionales de cualquier ámbito, interesados en el ictus, su prevención y tratamiento.
- **Influir** en la calidad de vida de afectados y familiares.

EDICIONES:



1



Jornada: Presentación de “Espacio Ictus”

Más información:
<http://ow.ly/eGZJ30nib4e>

2



Jornada: “El futuro del paciente anticoagulado”

Más información:
<http://ow.ly/MAy930hRlfy>

3



Jornada: “Prevención del ictus: el control de los factores de riesgo”

Más información:
<http://ow.ly/kcJA30nibuj>

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR



PREVENCIÓN DEL ICTUS: EL CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO

Para el desarrollo de la **III Edición de Espacio Ictus “Prevención del ictus: El control de los factores de riesgo”** tuvimos el honor de contar con la participación de expertos en Atención Especializada: Sociedad Española de Neurología (SEN), Servicio Médico de la Empresa: BBVA España, Educación: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Sociedades Científicas: Asociación Madrileña de Neurología, Sociedad Española de Cardiología, Sociedad Española de Enfermería Neurológica, Farmacología Clínica, Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (SEFC), colectivo de pacientes como la Federación Española de Diabetes y responsables de la Administración Sanitaria, en concreto de la Escuela de pacientes de la Dirección General de Humanización de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid.

www.frenoalictus.org @frenoalictus #espacioictus



9:30h. - 9:40h.

Bienvenida y presentación de la jornada.

9:40h. - 10:30h.

1ª Charla-coloquio:
Control de los factores de riesgo desde diferentes colectivos

Modera:

Pedro José Soriano

Técnico de la Escuela Madrileña de Salud de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid

Participan:

Dra. María Alonso de Leciñana
Coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la SEN

Dr. Juan Carlos Martí Canales
Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, miembro del Grupo de Trabajo de Neurología de SEMERGEN

Mercedes Maderuelo
Gerente de la Federación Española de Diabetes

Araceli Morato

Directora del Área de Medicina del Trabajo del BBVA

Jesús Moreno

Asesor Técnico Docente del Centro de Innovación e Investigación Educativa del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

10:30h. - 11:30h.

2ª Charla-coloquio:

¿La adherencia al tratamiento es la llave al control de los factores de riesgo?

Modera

Julio Agredano

Presidente de la Asociación Freno al Ictus

Participan:

Dra. Cristina Avendaño

Presidenta de la SEFC

Dra. Blanca Fuentes

Presidenta de la AMN

Carmen Funes

Vicepresidenta de la SEDENE

Dr. Ignacio Lozano

Responsable del Plan de Parada Cardíaca de la SEC

Rosa López-Torres

Tesorera del CGCOF

11:30h. - 11:40h.

Conclusiones

11:40h. - 12:00h.

Café

@frenoalictus

espacio ictus

to de encuentro para la salud

o, un espacio abierto al diálogo

riencias sobre el ictus, creado

FRENO AL ICTUS

III JORNADA

PREVENCIÓN DEL ICTUS:
EL CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO

DE ABRIL DE 2018
9:30h. a 12:00h.

IMPACT HUB MADRID
Sala Co-learning
C/Alameda, 22. 28014 Madrid

2018 PREVENCIÓN DEL ICTUS: EL CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO



La jornada se transmitió vía streaming para que aquellas personas que no pudieron asistir o se encontraban fuera de España, pudieran seguir todas las charlas-coloquio en directo.

Puedes disfrutar la jornada completa en el siguiente enlace.

<https://youtu.be/QD9CHc1OgNc>

1



Vídeo resumen que recoge los principales puntos y conclusiones tratados en la jornada “Prevención del ictus: el control de los factores de riesgo”, en el que participaron expertos en atención especializada, servicio médico de la empresa, educación, sociedades científicas, colectivo de pacientes y responsables de la Administración Sanitaria.

<https://youtu.be/VaGtVM3bgsY>

2

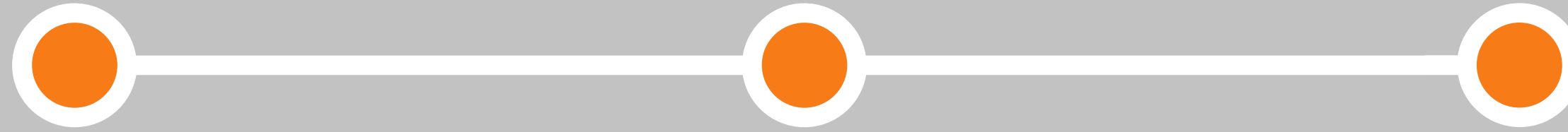


Resumen fotográfico de los mejores momentos de la jornada.

<http://ow.ly/WInB30nidS7>



4.2



PARTICIPACIÓN

Congresos y jornadas científicas



CONGRESOS Y JORNADAS CIENTÍFICAS

Foro de debate en Trombosis

Estuvimos encantados de participar en el interesante Foro de debate en Trombosis, en el Hospital La Paz, representando a los pacientes cerebrovasculares y acompañados de FEASAN, SEN, SEC, SEMI, AEPOVAC e ICAM.

<http://ow.ly/RsPI30nqVDI>



Cardioforo 2018

Nuestro presidente, Julio Agredano, acudió al Cardioforo 2018 de pacientes cardíacos, en donde destacó el objetivo de mejorar la situación del ictus en España y reducir el drama personal, familiar y social que representa la enfermedad.

<http://ow.ly/ebqn30nqWZX>



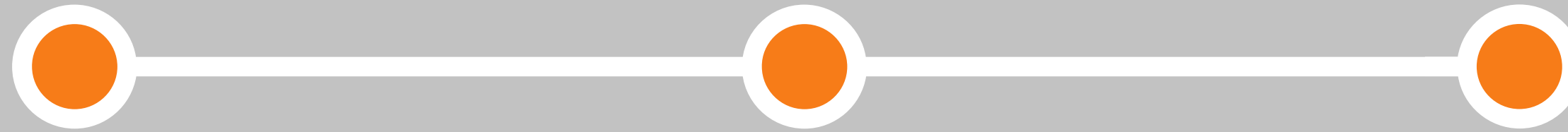
"Humanización de la atención sanitaria"

Esta jornada sobre la importancia de la prevención cerebro-cardiovascular en el envejecimiento activo y saludable se llevó a cabo con el fin de formar y concienciar a las poblaciones de riesgo, además de promover la importancia de la seguridad, la calidad y humanización de la atención sanitaria.

<http://ow.ly/50Js30niNvN>

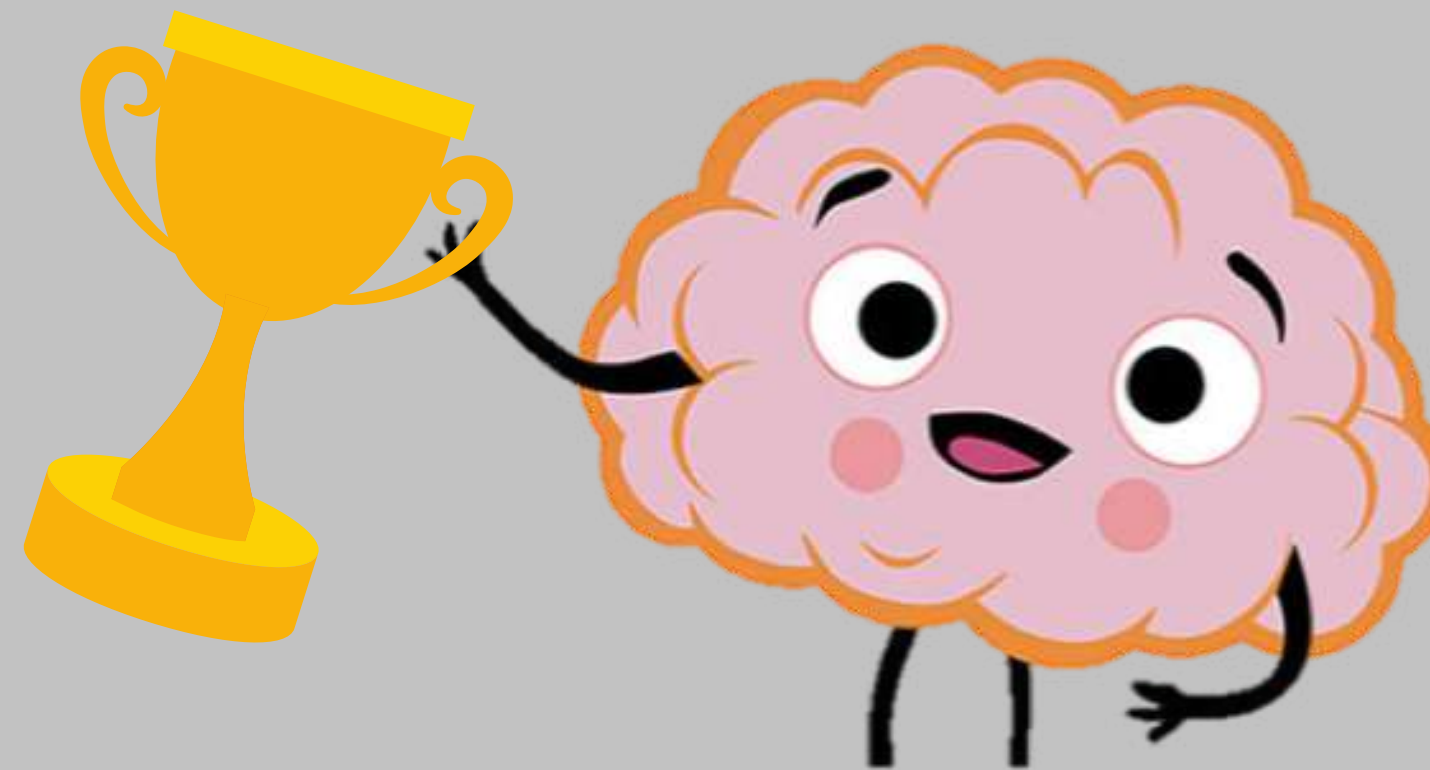


4.3



PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS

Reconocimientos otorgados por las principales sociedades científicas, profesionales sanitarios y la industria farmacéutica.



Mejores Iniciativas: Correo Farmacéutico

Correo Farmaceutico premió la campaña conjunta de Freno al ICTUS, SEN y el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmaceúticos “Detección y actuación frente al ictus desde las farmacias” elegida como una de las mejores iniciativas de las farmacias 2017.



Becas Implícate

Nuestro programa 'Héroes en Casa' ha recibido el segundo premio en las becas 'Implícate' impulsadas por Boehringer Ingelheim. La iniciativa 'Implícate' se trata de un portal digital de formación gamificada en fibrilación auricular e ictus que busca contribuir a la actualización de aquellos profesionales sanitarios interesados en la enfermedad y su manejo.

Premios Escolástico Zaldívar

Fraternidad Muprespa en su VI Edición de los Premios Escolásticos Zaldívar otorgó a Freno al ICTUS la mención de honor en la categoría de asociaciones sin ánimo de lucro, ONGs y empresas de economía social, por nuestro programa "Héroes en Casa".



Premios Albert Jovell

En la IV edición del Foro Premios Albert Jovell, se ha reconocido a 19 proyectos, que se han centrado en el paciente, entre los que destaca el segundo lugar en la categoría 'Programa de intervención dirigido a pacientes y/o familiares' desarrollado por sociedades científicas, colegios profesionales y fundaciones del ámbito de la salud, para el proyecto conjunto de Freno al ICTUS, SEN y el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmaceúticos “Detección y actuación frente al ictus desde las farmacias”.

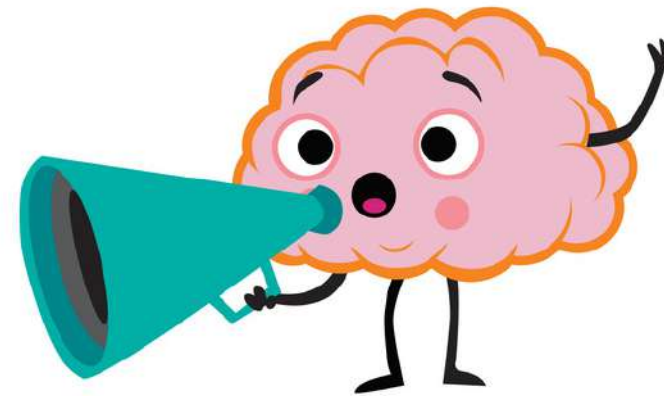




LÍNEAS DE ACTUACIÓN

5. COMUNICACIÓN

"¿Qué dicen de nosotros?"



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

"¿QUÉ DICEN DE NOSOTROS?"

Un año más Freno al ICTUS se sigue consolidando como una Asociación muy valorada y reconocida tanto dentro como fuera del sector sanitario, y su presencia en los medios de comunicación ha ido en aumento.

Con una mayor visibilidad y proyección pública, ha ganado en notoriedad reforzando su fuerte presencia y posicionamiento sobre temas relacionados con la actualidad de la patología que representamos.

Durante el ejercicio 2018 se han generado un total de 5.900 impactos en los diferentes medios nacionales y regionales, así como en múltiples publicaciones generalistas y especializadas, provocándose un destacado aumento de su repercusión, así como del número de personas impactadas, con una audiencia total aproximada de unas 129.000 personas.



PÁGINA WEB

WWW.FRENOALICTUS.ORG

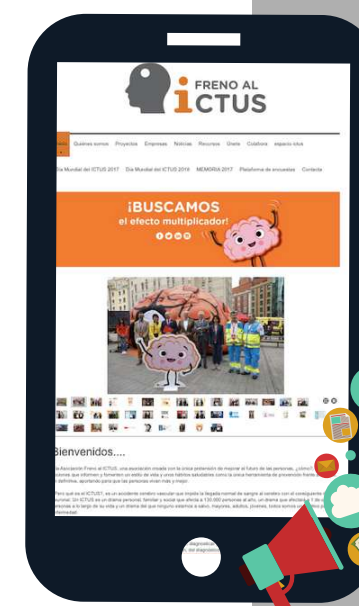
La página web es la tarjeta de presentación online de Freno al ICTUS que nos permite sensibilizar a la sociedad sobre la importancia del “efecto multiplicador” en la sociedad para prevenir y actuar frente al ictus.

En nuestra web se ofrece información y acceso a los diferentes acciones, proyectos y actividades desempeñadas desde la Asociación en sus diferentes ámbitos de actuación.

El pasado 2018 se ha trabajado constantemente en la actualización de contenidos, con el principal objetivo de facilitar la primera toma de contacto de los usuarios y mantener a nuestro público de interés al día sobre las principales noticias de nuestro ámbito.



www.frenoalictus.org cuenta con las herramientas necesarias para ayudar día a día a informar a los diferentes públicos de interés sobre nuestra actividad. Además del material informativo (notas de prensa, comunicados, actividades, ponencias, entrevistas, etc.) de elaboración propia, cuenta con otros soportes informativos como mailings, dossiers informativos y resúmenes de prensa, así como la utilización de las redes sociales.



Nuestra web posee un diseño responsive que busca la correcta y más fácil visualización de los contenidos en distintos dispositivos cómo: ordenadores de escritorio, tablets y móviles.

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

PRINCIPALES NOTICIAS PUBLICADAS



TITULAR

- El 90% de los ictus se pueden evitar con un estilo de vida saludable
- Freno al Ictus lanza un vídeo para mejorar el conocimiento sobre esta patología
- Ictus, primera causa de muerte en la mujer
- Qué es un ictus, cuáles son los síntomas y cómo se debe actuar
- 16.000 mujeres mueren al año por ictus, más del doble que por cáncer de mama
- Expertos reclaman menos barreras prescripción anticoagulantes acción directa
- Freno al Ictus pone en marcha en Málaga una campaña de prevención de enfermedades cerebrovasculares
- Carteros que ayudan a prevenir el ictus

<http://ow.ly/hmCE30nk24L>

<http://ow.ly/N8Sv30nk2CL>

<http://ow.ly/NUVg30nk3k2>

<http://ow.ly/lekM30nqZT8>

<http://ow.ly/i7W330nk46i>

<http://ow.ly/AqvU30nk4ex>

<http://ow.ly/HhpP30nk4ql>

<http://ow.ly/A2HS30nk506>

MEDIO

Europa Press

Infosalus

EFE

Antena 3

La Razón

La Vanguardia

Europa Press

Heraldo

PRINCIPALES NOTICIAS PUBLICADAS



infosalus.com

Nuevo **ŠKODA Fabia**
Con todas las decisiones que quieras tomar desde 9.600€

VER VIDEO

infosalus / Investigación

La Asociación Freno al Ictus lanza un vídeo para mejorar el conocimiento sobre esta patología

MADRID, 1 Oct. (EUROPA PRESS) - La Asociación Freno al Ictus ha presentado en el marco de la XVI reunión anual de la Asociación Madrileña de Neurología el vídeo divulgativo 'ICTUS: cerebro y corazón', que busca mejorar el conocimiento de la sociedad sobre esta patología, explicando de

EL MAYOR MUSICAL DE TODOS LOS TIEMPOS

europa press

LOOKIERO Votre personal shopper en ligne SOLDES jusqu'à 50%

europa press / andalucía / Málaga

La Asociación Freno al Ictus pone en marcha en Málaga una campaña de prevención de enfermedades cerebrovasculares

27 y 28 JUNIO MÁLAGA María Zambrano
1 de cada 6 personas sufre ictus o fibrilación auricular

Descubre aquí más sobre el Ictus y la Fibrilación Auricular

Publicado 21/06/2018 13:12:52 (EPT)

MÁLAGA, 21 jun. (EUROPA PRESS) - La Asociación Freno al Ictus, con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la colaboración de la Alianza Bristol-Myers Squibb-Pfizer y la Fundación Alberto Contador, llevará a cabo desde el 27 de junio una campaña de prevención de enfermedades cerebrovasculares en la estación María Zambrano de Málaga.

DISFRUTA DE LAS MEJORES SERIES AL MEJOR PRECIO

Málaga ofrecido por: UNIVERSIDAD DE MÁLAGA, Colegio de Abogados de Málaga, COSTA DEL SOL OCCIDENTAL

LAVANGUARDIA | Vida

Al Minuto Internacional Política Opinión Vida Deportes Economía Local Gente Cultura Sucesos Temas

Directo Continúa el rescate del niño que cayó el domingo en un pozo en Málaga

OYSHO 22,99 €

SALUD ANTICOAGULACIÓN

Expertos reclaman menos barreras prescripción anticoagulantes acción directa

REDACCIÓN 19/12/2018 10:07

Madrid, 19 dic (EFE).- Especialistas en cardiología, neurología, medicina interna, atención primaria y pacientes reclaman menos barreras y levantar el visado de inspección para impulsar la prescripción de anticoagulantes de acción directa (ACODs).

El objetivo es mejorar el control de los pacientes, como han planteado en el debate "La importancia del buen control del paciente anticoagulado", organizado por la Agencia EFE, en colaboración con la Alianza Bristol Myers Squibb-Pfizer.

En este foro han intervenido los doctores José Luis Zamorano, jefe de

EFE SALUD

Enfermedades Nutrición Psicología Vida saludable Prevención Actualidad

Última Hora CONTAMINACIÓN MADRID (Actualización) Madrid prohíbe mañana circular a los coches

Inicio / Actualidad / Ictus, primera causa de muerte en la mujer

Ictus, primera causa de muerte en la mujer

Javier Tovar | MADRID/FEFRENACIÓN SALUD | 29 de octubre, 2018

El ictus es la primera causa de muerte en la mujer, de tal forma que 16.000 españolas mueren cada año por esta causa, más del doble que las que fallecen por cáncer de mama, si bien el 90 por ciento de los casos pueden ser evitables. En el Día del Ictus, 29 de octubre, también repasamos el duro camino de la rehabilitación tras sufrir esta enfermedad

29 de octubre Día mundial del ictus

Si se controlan los factores de riesgo se puede evitar hasta el 80% de los casos de ictus, por eso se recomienda:

- Llevar una dieta rica y saludable; baja en sal y grasas.
- Realizar ejercicio moderado.
- Controlar el peso, la presión arterial, nivel de colesterol y azúcar en sangre.
- Abandonar el tabaco.
- Consumo moderado de alcohol.
- Controlar el pulso regularmente. Si sientes palpitaciones fuertes y rápidas, sin haber realizado ninguna actividad física, acude a un médico.

ESTAS REBAJAS

Descúbrelo ya

HERALDO

Aragón Deportes Real Zaragoza Nacional Internacional Economía Cultura HERALDO TV

comprometidos con la sostenibilidad

EROSKI contigo

VIDA SALUDABLE

Carteros que ayudan a prevenir el ictus

En las calles de Zaragoza ya se pueden ver carteros de Correo postal con el correo que lleva las normas básicas para prevenir esta enfermedad.

Los carteros de Zaragoza se están convirtiendo en una red de transmisión para informar sobre cómo evitar el ictus. Así, participan en una campaña impulsada desde Correo en 45 ciudades de España, donde llevan más de 2.500 cartas de reparto postal con las normas básicas para prevenir el ictus. Desde la asociación Freno al Ictus han recibido este mensaje después de captar en Zaragoza la

ATUSALVD

SHOP NOW

16.000 mujeres mueren al año por ictus, más del doble que por cáncer de mama

Freno al Ictus pone en marcha una campaña de concienciación de la sociedad para que las mujeres prevengan, detecten y actúen a tiempo

No lo pienses más 1 AÑO GRATIS de ventajas digitales

¿Te vienes?

larazon.es. Tiempo de lectura 4 min. 23 de noviembre de 2018 18:35

El ictus constituye en la actualidad en la primera causa de muerte de la mujer en España. Según datos del Instituto Nacional de Estadística "en el año 2016 casi 16.000 mujeres murieron debido a esta causa, más del doble que por cáncer de mama y hasta 14 veces más que por accidentes de tráfico".

NOTICIAS

Yamamay SLE 50% OFF

Qué es un ictus, cuáles son los síntomas y cómo se debe actuar

Actuar con rapidez ante el ictus es esencial. Existen algunos factores de riesgo a los que hay que prestar atención como la hipertensión arterial, el colesterol elevado, la obesidad o el sedentarismo.

im MEDICO

Gama productos Synalar

VI Premios Medicina y Solidaridad DKV ¿Eres profesional sanitario? ¿Eres solidario?

Objetivo: controlar a los pacientes anticoagulados para evitar enfermedades cerebrovasculares

Visita la web del Congreso

MASTERS EN MARKETING FARMACÉUTICO Y DIGITAL

2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

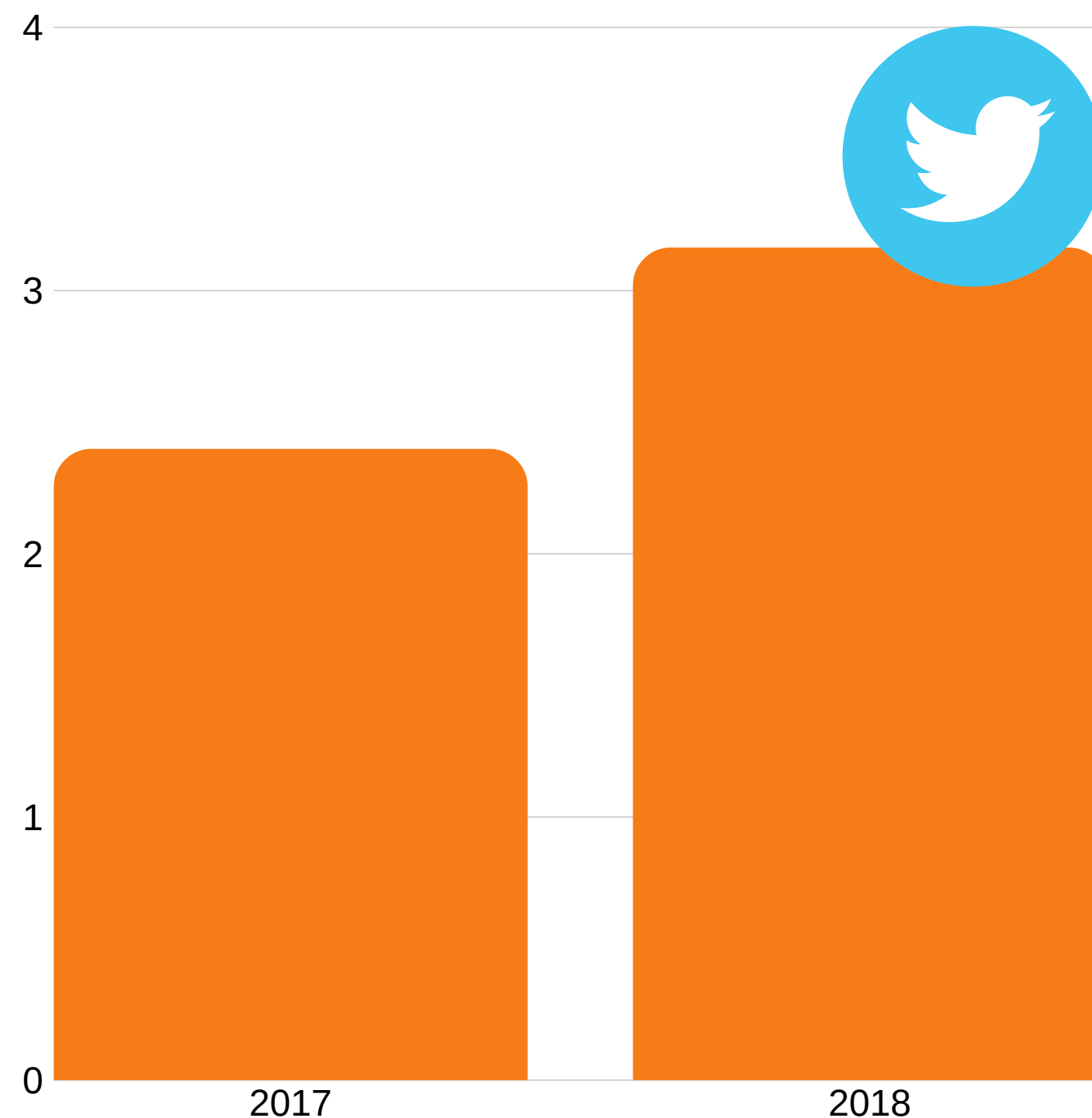
REDES SOCIALES

Desde el año 2014, Freno al ICTUS está presente en **Twitter** con el usuario **@frenoalictus**. Gracias a esta red social, nuestros mensajes llegan automáticamente a los receptores, por medio de pequeñas notificaciones informativas con toda la actualidad en la enfermedad cerebrovascular y nuestras actividades.

Para informar a las personas que no disponen de cuenta en Twitter, la Asociación tiene incorporado el historial de Twitter en nuestra página web, lo que permite el acceso a toda la información emitida por esta red social, aunque no se posea un perfil o usuario.

La cuenta de Freno al Ictus ya cuenta con mas **3.161 seguidores**. A su vez, la asociación sigue otras entidades y organismos oficiales, para recibir las últimas novedades en tiempo real.

#765!
Nuevos Seguidores



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

REDES SOCIALES

En la página de **Facebook** de Freno al Ictus conectamos con nuestros fans de diferentes partes del mundo, principalmente en España.

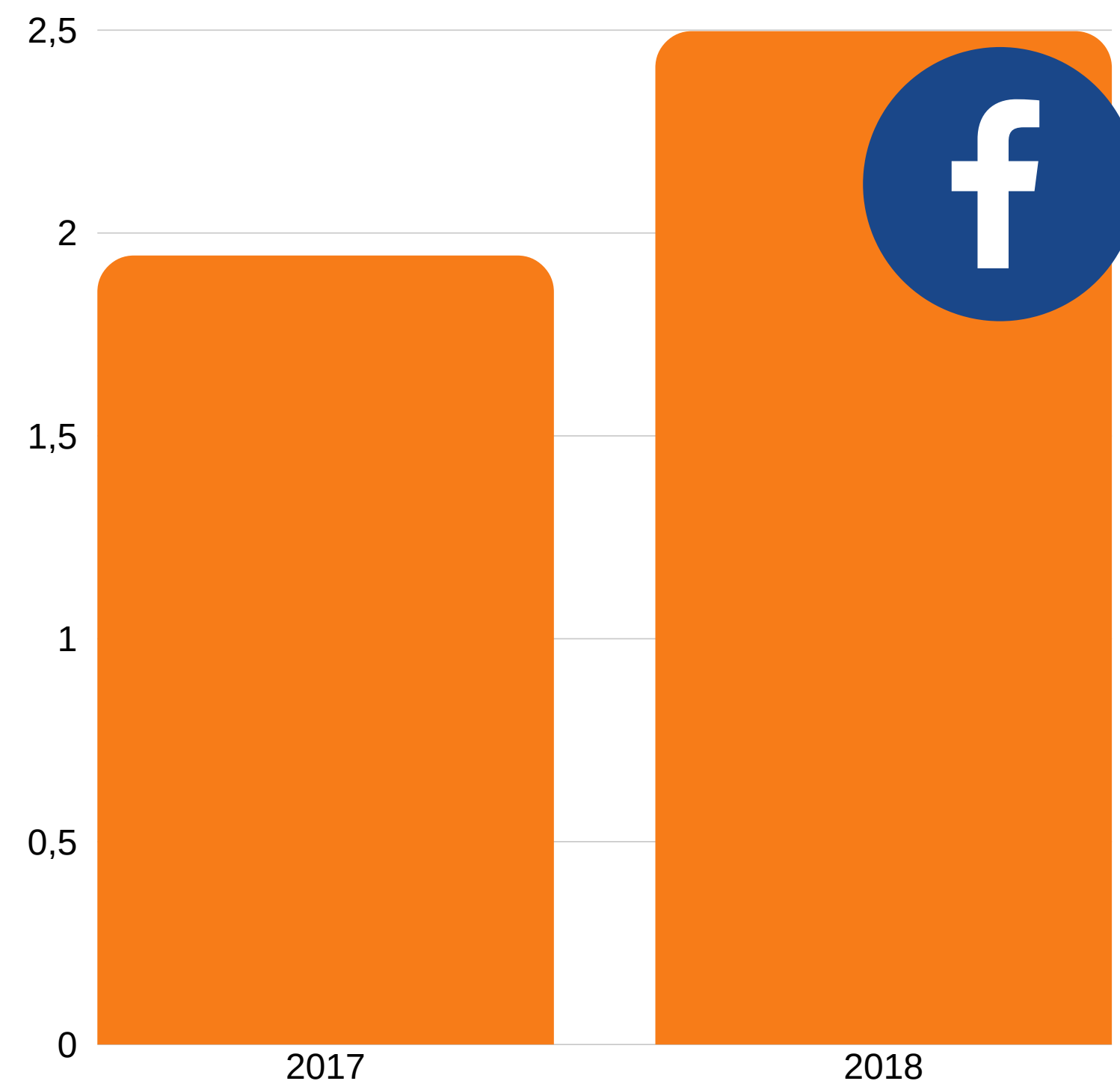
Nuestra página de Facebook ya cuenta con más de **2.496 fans**. El 58.1% de nuestros fans son hombres y el 41,9% son mujeres. Teniendo nuestro pública una edad media de 36,9 años de edad.

En Facebook compartimos nuestras actividades, así como hechos relevantes y noticias sobre el Ictus, obteniendo un elevado alcance en cada una de nuestras publicaciones y una recepción positiva de nuestros seguidores a través de sus comentarios y “likes”, lo cual nos anima a seguir trabajando en la búsqueda de artículos y contenidos de interés para nuestra comunidad.



553!

Nuevos fans



2018: EL IMPACTO DEL ICTUS SE PUEDE EVITAR

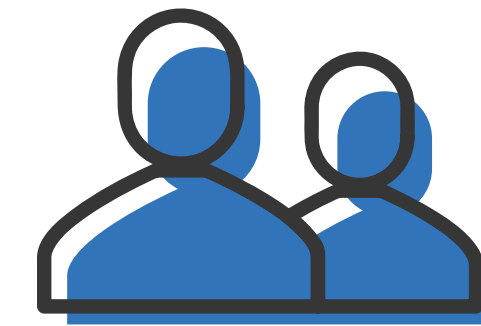
REDES SOCIALES

LinkedIn se ha convertido en un poderoso canal para compartir información valiosa y acercar el “efecto multiplicador” a las empresas.

En España, el 81% de personas de 16 a 55 años utilizan las redes sociales, según el Estudio anual del uso de redes sociales 2016 del IAB.

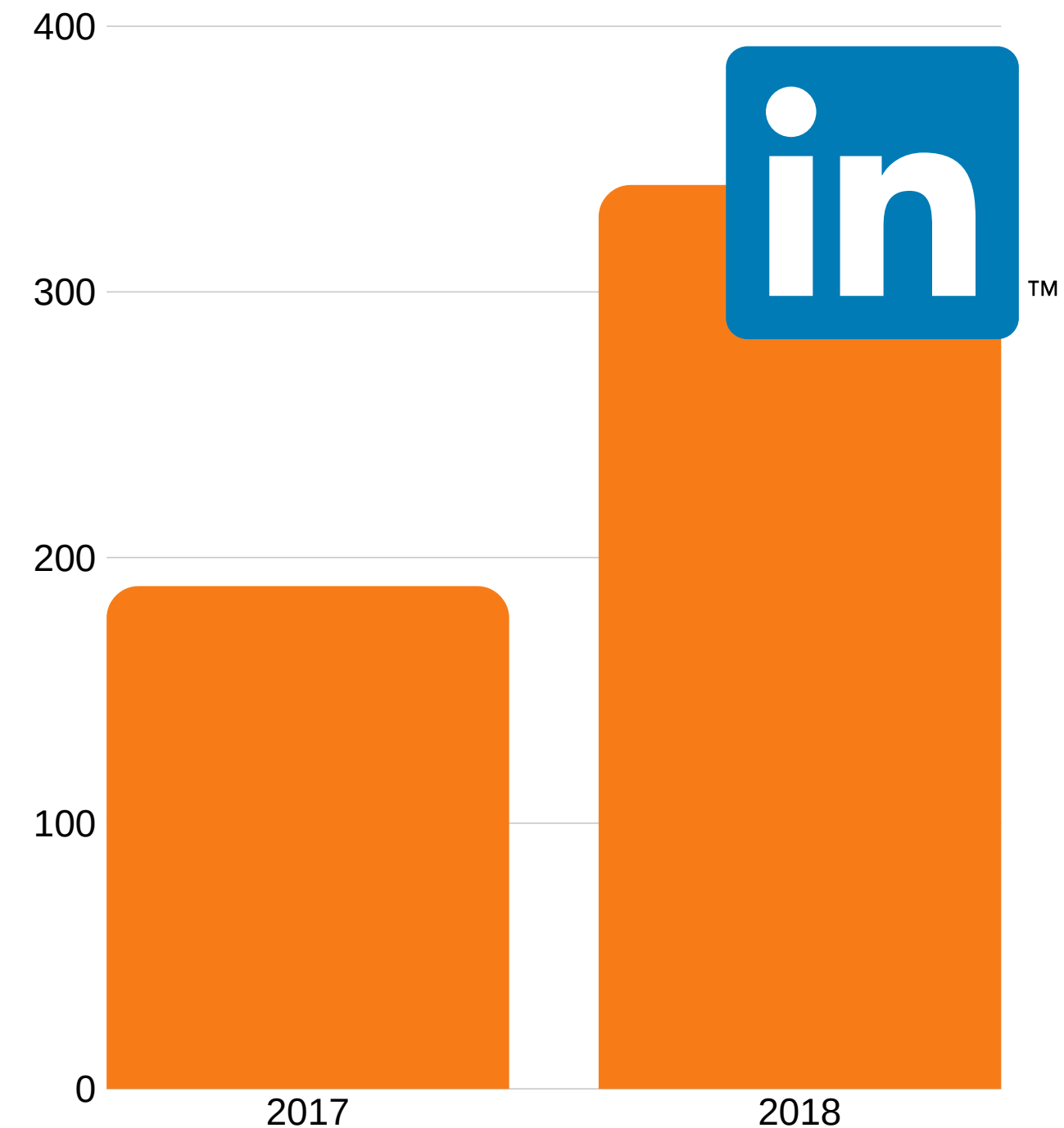
Antes de compartir contenido en esta red social nos aseguramos de segmentar antes, iniciando desde la primera toma de contacto con otros profesionales que se encuentran dentro de nuestro público objetivo y difundiendo frecuentemente contenidos propios y de otros medios, exclusivamente de interés para este segmento.

Durante 2018 hemos conseguido 151 nuevos contactos, sumando un total de **340 seguidores**. LinkedIn también nos ha dado buenos resultados a la hora de conseguir presencia en los medios de comunicación, ya que el 65% de los periodistas lo ha utilizado alguna vez como fuente de información.



151

Nuevos Seguidores





MEMORIA

2018

Freno al Ictus

Raquel Alcalde: raquel.alcalde@frenoalictus.org

Responsable de Proyectos

Isis Sarmiento: isis.sarmiento@frenoalictus.org

Responsable de Comunicación



IDS-COMUNICACIÓN

www.ids-comunicacion.com