



En Galiza, F³

★ Datos persoais:

- Nome: Sofía
- Apelidos: Rodríguez Gómez
- Centro educativo: Maristas Santa María Ourense
- Vídeos en distintos idiomas:
 - Galego: [Galiciencia 2025](#)
 - Castelán: [Galiciencia 2025](#)
 - Inglés: [Galiciencia 2025](#)

★ Resumo:

Con este proxecto trataremos de concienciar á poboación desta enfermidade que cada ano cobra a vida de millóns de persoas, pero que poucos se dan conta. Ademais, tamén daremos pautas de como evitalo, tanto na nosa vida diaria como na dos demais, tentando cambiar algunhas costumes que poden perxudicar considerablemente a nosa vida, privándonos de vivila ó máximo.

★ Introducción:

Todos sabemos o que é un ataque cardíaco e temos unha idea de que facer ao respecto. De feito, nos centros educativos actuais e en moitos cursos impártense leccións para poder manexar estas situacións tan presentes no noso día a día. Porén, cando falamos dun accidente cerebrovascular, comunmente chamado ictus, poucas persoas saben a que se refire este termo. Polo tanto, poucas saberán como actuar en caso de risco.

★ Propósito do traballo:

Concienciar á poboación galega da importancia dos accidentes cerebrovasculares que todos os anos deixan a persoas con graves problemas, é unha maneira de mellorar a nosa sociedade, facendola máis sensible con este grave problema. Porén, melloraremos os nosos hábitos cotiás e, como consecuencia, os dos demais. Canto máis saibamos sobre el e mellor informados esteamos, máis previstos estaremos ante calquer pronóstico.



A maiores, coñeceremos os tratamentos desenvoltos para o tratamento post-ictus, como o Angioplastia Carotídea e a colocación de stents. Daquela, propeñemos unha solución apta para todas as persoas. Esta solución consiste na creación dun *kit* para o tratamento inmediato e accesible en calquera momento.

★ **Estudo do Estado do Arte:**

Cando falamos dun ictus, referímonos a un accidente cerebrovascular. Isto é unha alteración do fluxo sanguíneo do cerebro, que pode ser reducido ou obstruído, privando ó tecido de suministro de nutrientes e osíxeno. Hay dous tipos: hemorráxico ou isquémico, o máis extendido na poboación.

Podemos tentar reducir o noso risco de padecer esta grave enfermidade coñecendo as súas causas. Estas son: a idade, o consumo de tabaco e a obesidade. Esta última leva consigo varios problemas, como a diabetes tipo 2, o colesterol, presión arterial alta, etc. De aí que adoptar algúns hábitos poidan mellorar a nosa calidade de vida. Como, por exemplo, facer exercicio regular, non comer comida de lixo, deixar a un lado o tabaco e o alcol...

Aínda así, non todas as veces o podemos evitar. Porén, é crucial saber cómo actuar ante un accidente cerebrovascular. Neste proxecto ideamos unha nova forma de actuar ante esta enfermidade cun kit de actuación de emerxencia, o cal conterá un medicamento de rápida eficacia, uns folletos con información e unha xiringa. Ademais, haberá un altavoz coas indicacións para poñer o medicamento.

★ **Hipótese:**

Según varios artigos e noticias lidos, a sociedade de hoxe en día, non está suficientemente concienciada da gravidade dalgunhas enfermidades como o ictus, entre outros. Deste xeito, os malos hábitos estanse extendendo, xerando máis posibilidades de padecer esta enfermidade.

★ **Material y métodos:**

O primeiro que fixen foi realizar unha investigación exhaustiva acerca desta enfermidade. Informámonos acerca de distintos temas relevantes na nosa investigación, consultando sempre fontes de confianza. Ademais, falei con unha asociación de rehabilitación de Ourense, a cal foi de gran axuda na investigación.



★ **Resultados e conclusións:**

Se concienciamos a poboación galega do impacto desta enfermidade, estamos dando un paso máis alá no logro dunha sociedade con igualdade para toas as persoas sexan cales sexan as súas necesidades. Ademais, é imprescindible saber como actuar ante esta enfermidade que acaba coas vidas de millóns de persoas ó ano, 15 millóns no mundo. Xa que a ignorancia é o freo da nosa evolución.

★ **Bibliografía:**

- Different probability of suffering from a stroke between black and white people. - American stroke association.
- El ictus cerebral mata a las células mediante ondas eléctricas letales
- Cirurxías post-ictus