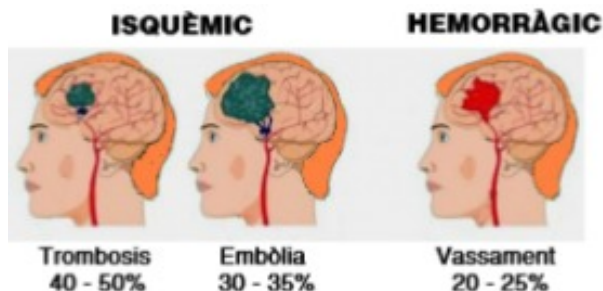


## Què és l'ictus?

Un ictus o accident vascular cerebral (AVC) és una malaltia aguda ocasionada per una alteració de la circulació de sang al cervell.

Ictus és el nom científic del que vulgarment és conegut com a: feridura, apoplexia, vessament cerebral, embòlia, trombosi, etc.

Cada ictus és diferent dels altres i les persones que el pateixen estan afectades de maneres diferents.



Algunes resten asimptomàtiques i d'altres amb seqüeles neurològiques permanents de diferents graus.

Les principals causes d'ictus són:

1.- Isquèmiques: per manca d'arribada de sang al cervell.

2.- Hemorràgiques: per sagnat intracranial o dins les membranes que recobreixen el cervell (meninges).

A banda d'aquestes causes més freqüents n'existeixen d'altres que són estadísticament poc significatives. No es coneix la causa concreta d'un 3% dels ictus diagnosticats.

## Impacte social de l'ictus

A Catalunya es produeixen uns 14.000 casos anuals d'ictus que representen la primera causa de mortalitat femenina, la segona de mortalitat masculina i constitueixen la primera causa de seqüeles neurològiques permanents en les persones adultes.

Es tracta, doncs, d'una malaltia amb un gran impacte familiar, social i econòmic.

Les seqüeles de l'ictus poden generar diferents graus de discapacitat que, en alguns casos, poden ser molt greus.

És ben evident la gran importància que la rehabilitació ha de tenir en el seguiment aquests processos.



Poder atenuar-ne les seqüeles comporta enormes avantatges de tot tipus: millora l'autonomia i l'autoestima dels afectats, incrementa la seva capacitat de reinserció laboral i social, allibera al seu entorn familiar d'una part de la càrrega que comporta tenir-ne cura i, a mitja termini, suposa un considerable estalvi per a l'economia del país.

## Rehabilitació post ictus

La rehabilitació (RHB) és útil per a qualsevol pacient afectat d'una disminució de les seves capacitats a causa d'un ictus. Les discapacitats poden ser físiques i/o psíquiques.

Les psíquiques es poden rehabilitar amb psicoteràpia neurocognitiva. Les físiques seran tributàries de diferents tipus de RHB depenent de les zones cerebrals afectades i de les característiques de les seqüeles produïdes.

ICTUS -PREMIÀ s'ha proposat centrar la seva activitat en la promoció d'alguns dels mètodes de RHB adreçats a potenciar la neuroplasticitat: la teràpia ocupacional i la RHB neurocognitiva.

### Teràpia ocupacional

La Teràpia Ocupacional (TO) és el conjunt de tècniques, mètodes i actuacions que, a través d'activitats aplicades amb finalitats terapèutiques, prevé i manté la salut, afavoreix la restauració de la funció, supleix els dèficits invalidants i valora els supòsits comportamentals i la seva significació profunda per aconseguir la major independència i reinserció possible de l'individu en tots els seus aspectes: laboral, mental, físic i social.

### Rehabilitació neurocognitiva

La rehabilitació neurocognitiva serveix per a qualsevol pacient afectat de disminució en les seves capacitats, ja siguin físiques, psicològiques o de llenguatge. En funció de les àrees afectades del cervell es divideix en:

### Fisioteràpia neurocognitiva

### Psicoteràpia neurocognitiva

### Logopedia o teràpia del llenguatge.

# ICTUS-PREMIÀ



**ICTUS  
PREMIÀ**  
grup d'ajuda mútua

Jo faig el que tu no pots  
i tu fas el que jo no puc.

Junts podem fer molt  
més, del que fem per  
separat.

**Grup d'ajuda mútua de familiars  
i persones afectades per un ICTUS (ACV)**



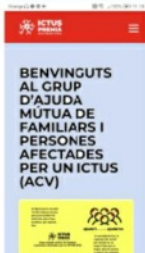
La neuroplasticitat, la  
capacitat del cervell  
per "reciclar-se", es  
tingui l'edat que es  
tingui, obre les portes  
a superar algunes  
de les seqüeles  
negatives del ictus.

**ajuda't . . . . ajuda'ns**



**ICTUS  
PREMIÀ**  
grup d'ajuda mútua

**Familiars i persones  
afectades per un ICTUS**



**EL PORTAL**

**L'EQUIP**



**EXPERTS**



**FAMILIA**



**AFFECTATS**

# Grup d'ajuda mútua

El grup d'ajuda mútua ICTUS-PREMIÀ està format per persones que es reuneixen per tal de donar-se suport mutu i compartir informació de cara a cercar solucions per superar algunes de les seqüeles negatives post-ictus

Es preten proporcionar ajuda material i/o emocional i promoure uns valors a través dels quals els seus membres puguin reforçar la identitat personal.

El grup Ictus-Premià, aposta per potenciar la neuroplasticitat, la capacitat del cervell de "eciclar-se", es tingui l'edat que es tingui.

Aquesta aposta suposa un plantejament de participació activa positiva, basat en l'auto nomia personal i l'autogestió comunitària.

No exclou la participació i assessorament professional, que pot ser permanent, eventual, puntual o totalment absent, depenent de la tipologia de la problemàtica tractada i de les característiques dels membres integrants.

Cal assenyalar però, que l'absència de direcció professional promou la responsabilitat individual i grupal, facilitant l'assumpció d'un rol més actiu i autònom dels individus.

Emfatitzem però que, en l'aplicació de la neuroplasticitat, la participació activa de les persones afectades és fonamental, com la forma més eficaç per "reciclar", mitjançant l'aprenentatge, el seu cervell

# La nostra aposta



## Telerehabilitació

És un sistema innovador per a dispositius mòbils, que permet als pacients, que s'han vist afectats per un ictus, poder fer la rehabilitació des de casa, mitjançant l'ús del mòbil o tablet, si convé amb ajut familiar.

El metge, a través d'aquest sistema envia, en format multimèdia, els exercicis de rehabilitació personalitzats, als quals accedeix el pacient des del seu domicili quan comença la sessió.

La càmera de la tablet registra tots els exercicis a més a més funciona de mirall perquè l'usuari comprovi si ho fa correctament. Finalment, el sistema envia els exercicis al metge el qual genera informes sobre l'evolució dels pacients

### Informació:

**Punt de trobada:**  
Centre Cívic Esperança, 19  
Premià de Mar  
Dissabtes de 10 a 12 h.

**Contacte:**  
Tel: 667 03 78 49  
[ictuspremia@gmail.com](mailto:ictuspremia@gmail.com)  
[www.ictuspremia.org](http://www.ictuspremia.org)

Recolzament

