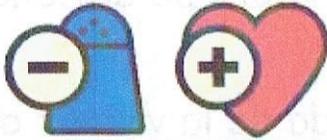


## TRATAMIENTO

→ Ejercicio + Alimentación  
reducido en calorías



→ Reducir el consumo de sal



→ Evitar consumo de alcohol



→ Tratamiento  
farmacológico



La Hipertensión Arterial es  
una enfermedad crónica, no  
tiene cura, pero se puede...

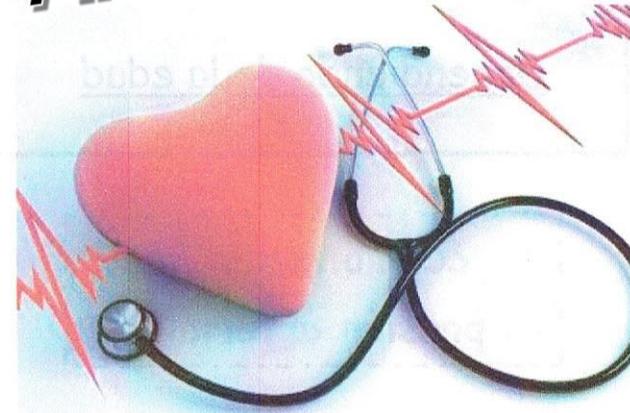
**¡CONTROLAR!**

## RECOMENDACIONES

- ✓ Use sus medicamentos estrictamente, según indicación médica **TODOS LOS DIAS** y sin abandonar ninguna toma
- ✓ Tenga siempre sus medicamentos a mano en caso de cualquier emergencia
- ✓ Asista **SIEMPRE** a sus controles para saber el estado de su enfermedad y de esa forma mantener su tratamiento actualizado

# HIPERTENSION

# ARTERIAL



# ¿QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL?

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica en la que aumenta la presión con la que el corazón bombea sangre a las arterias, para que circule por todo el cuerpo.

El sobrepeso y la obesidad pueden aumentar la presión arterial, sube los niveles de glucosa en la sangre, colesterol, triglicéridos y ácido úrico, lo que dificulta que la sangre fluya por el organismo.

## Síntomas

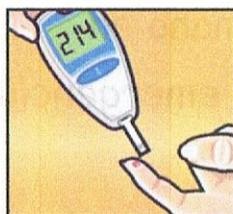
La mayoría de las personas que padecen de hipertensión arterial no lo saben, porque no tienen ningún síntoma, pero hay quien puede presentar:

- ❖ Dolor de cabeza intenso
  - ❖ Mareo
  - ❖ Zumbido de oídos
- ❖ Sensación de ver lucecitas
  - ❖ Visión borrosa
- ❖ Dolor en el pecho y/o lumbar
  - ❖ Tobillos hinchados

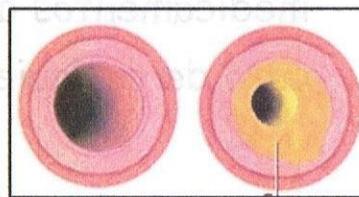
## ❖ FACTORES DE RIESGO



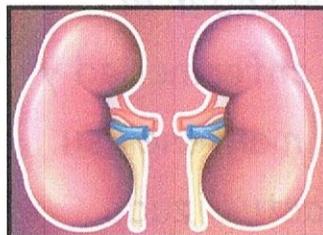
Una Hipertensión mal controlada, puede llevarte a...



Diabetes



Arteriosclerosis



Insuficiencia Renal

## Riesgos o complicaciones

- ❖ Infarto o Paro cardiaco= El corazón deja de funcionar por falta de oxígeno debido a coágulos que bloquean a las arterias
- ❖ Accidente cerebrovascular= flujo de sangre de una parte del cerebro se detiene
- ❖ Perdida de la visión= debido a que se rompen los pequeños vasos sanguíneos del ojo

