

UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
CAMPUS TAPACHULA  
**NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME  
METABOLICO**

CUADRO SINOPTICO "HTA"

DOCENTE: ANDREA MOSCOSO SARMIENTO

ALUMNA: VALENTINA DIAZ ZEQUEDA

SEXTO CUATRIMESTRE

11 JUNIO 2024

# HTA



Hacer cambios en la dieta es una forma comprobada de ayudar a controlar la hipertensión arterial.

## INCIDENCIA PREVALENCIA



Organizan conceptos, manteniendo claridad y relaciones entre ideas principales.

## CLASIFICACIÓN



## LESIONES



## PREVENCIÓN PRIMARIA



Es una combinación de cambios en el estilo de vida: pérdida de peso en personas con sobrepeso; aumento de la actividad física; moderación de la ingesta de alcohol

## INCIDENCIA

señalan que 24.9 por ciento de los hombres y 26.1 por ciento de las mujeres padece esta enfermedad, que cada año ocasiona cerca de 50 mil fallecimientos.

## PREVALENCIA

la prevalencia de HTA en países de bajos ingresos ha sido de ≈40%.

## NORMAL

Menor a 120/80 mm Hg

## ELEVADA

130/80 mm Hg o mayor

- ANGINA DE PECHO
- ATAQUES CARDIACOS
- INSUFICIENCIA CARDIACA
- ARRITMIA CARDIACA

## RECOMENDACIÓN NUTRICIONAL

Disminución del consumo de sal, una dieta rica en frutas y verduras, el ejercicio físico y el mantenimiento de un peso corporal saludable

## Bibliografía

ANTOLOGÍA  
NUTRICION EN NUTRICION EN ENFERMEDADES  
CARDIOVASCULARES UNIVERSIDAD DEL SURESTE (UDS).