



Clínica
San Pablo
Surco



HIPERTENSIÓN ARTERIAL



¿QUÉ ES LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL?

Hipertensión es el término que se utiliza para describir la presión arterial alta. La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre al cuerpo.



En la actualidad, las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de mortalidad en el mundo; sin embargo, la hipertensión es una patología tratable pero si no se siguen las recomendaciones del médico, puede desencadenar complicaciones graves, como por ejemplo: un infarto de miocardio, una hemorragia o trombosis cerebral.



SÍNTOMAS

En la mayoría de los casos, no se presentan síntomas y se detecta cuando el paciente visita a su médico.

FACTORES DE RIESGO

- Historia médica familiar.
- Sedentarismo.
- Dieta no saludable.
- Sobrepeso.



TRATAMIENTOS

- Comida saludable.
- Actividad física.
- Mantener un peso adecuado.
- Límite del consumo de alcohol y tabaco.
- Control del estrés.

