

Hipertensão Arterial Sistêmica

É uma doença crônica não transmissível, caracterizada pelo aumento sustentado da pressão arterial (PA) igual ou superior a 140/90 mmHg

IMPORTANTE

Uma única medida alterada não define o diagnóstico. Procure um serviço de saúde para avaliar regularmente sua PA

FATORES DE RISCO

- Idade
- Sexo
- Hereditariedade
- Raça/etnia
- Não atender às recomendações mínimas de atividade física
- Passar muito tempo em comportamento sedentário
- Obesidade
- Estresse
- Ingestão de sal
- Alimentação inadequada e não saudável
- Fatores genéticos, ambientais e sociais

Normalmente não apresenta sintomas, mas quando presentes estes podem ser



Cansaço inexplicável

Alteração da visão



Tontura

Falta de ar



Náuseas e enjoos



Dor de cabeça frequente

Palpitação



Problemas cardíacos

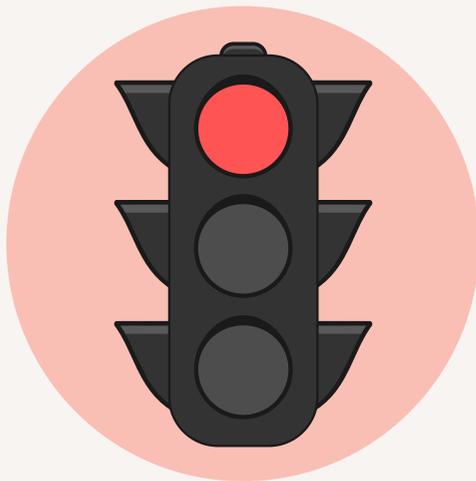
Fique atento a estes sinais

Eles podem caracterizar uma crise hipertensiva, necessitando de avaliação e/ou atendimento imediato

Classificação da Hipertensão Arterial Sistêmica

De acordo com a medição proposta pelo Ministério da Saúde na Linha de Cuidado para Hipertensão Arterial Sistêmica no Adulto

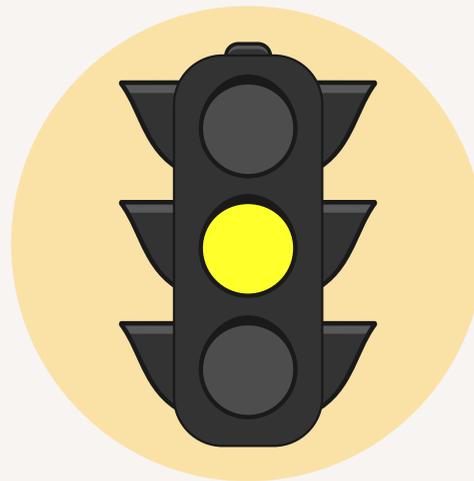
Alerta



Hipertensão

PA \geq 140/90 mmHg

Atenção



Pré-hipertensão

PA entre 121-139/81-89 mmHg

Livre



Normal

PA \leq 120/80 mmHg

Observação: mesmo na ausência de sintomas, verifique sua pressão arterial pelo menos uma vez ao ano