

17 MAYO

Día Mundial de la Hipertensión Arterial

Mide tu presión arterial con precisión, contrólala y vive más tiempo.

La hipertensión arterial es el principal factor de riesgo para enfermedades cardiovasculares.

Los factores de riesgo para desarrollar la enfermedad son:

- Edad (aumenta el riesgo a mayor edad).
- Antecedentes familiares de hipertensión.
- Sobrepeso u obesidad.
- Falta de actividad física.
- Consumo de tabaco y alcohol.
- Dieta no saludable.
- Estrés.

Al inicio no se presentan síntomas, pero cuando se manifiestan los más frecuentes son:

- Dolor de cabeza.
- Ver pequeñas luces o destellos.
- Mareos.
- Zumbido de oídos
- Palpitaciones.

¡Recuerda!

- Si desconoces tener hipertensión arterial acude al módulo **PrevenIMSS** de tu Unidad de Medicina Familiar para realizar la detección, mediante una medición efectuada por los profesionales de la salud y recibir orientación médica preventiva acorde a tu edad y sexo.

Evalúa el riesgo de padecer hipertensión arterial mediante CHKT en línea, disponible en la aplicación IMSS Digital y en:

www.imss.gob.mx/chkt



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL