

Saiba mais sobre a Hipertensão



A hipertensão arterial ou pressão alta é uma doença que ataca os vasos sanguíneos, o coração, o cérebro, os olhos e que pode até causar paralisação dos rins. Acontece quando a medida da pressão se mantém acima de 140 por 90 mmHg, o conhecido 14 por 9.

Na maioria dos casos, a pressão alta é hereditária, mas pode também se desenvolver a partir de fatores como fumo, consumo de bebidas alcoólicas, obesidade, estresse, excesso de sal, colesterol, sedentarismo e idade.



Aferir a pressão regularmente é a única maneira de diagnosticar a hipertensão.

Para se tratar ou prevenir, é simples: mantenha hábitos de vida saudáveis e, se necessário, converse com seu médico sobre remédios que ajudam no controle da pressão.

Em caso de dúvidas, lembre-se de procurar por orientação médica.

