

Hipertensão

CUIDE DO SEU CORPO

O que é doença crônica?

É uma condição de saúde que dura muito tempo, geralmente por toda a vida; um exemplo de doença crônica é a hipertensão

- Conhecida como pressão alta
- É quando a pressão arterial é igual ou superior a 140/90 mmHg (14 por 9).

Sintomas



Consequências



Infarto agudo do miocárdio (ataque cardíaco)



Acidente vascular cerebral (AVC)



Glaucoma



Fatores de risco



Como evitar a pressão alta



Pratique atividades físicas



Tenha uma alimentação saudável



Evite álcool e cigarro



Não pare o tratamento