



¡Conozca sus números!



La presión arterial alta puede dañar su salud, causando enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y más.

<i>Categoría</i>	<i>Superior # (systolic)</i>	<i>Inferior # (diastolic)</i>	<i>Riesgo de muerte por accidente cerebrovascular & enfermedad del corazón</i>
Normal	menos que 120	OR menos que 80	riesgo normal
Pre-hipertensión	120-139	OR 80-89	aproximadamente <u>2 veces</u> el riesgo normal
Alta presión sanguínea (Hipertensión etapa 1)	140-159	OR 90-99	aproximadamente <u>4 veces</u> el riesgo normal
Alta presión sanguínea (Hipertensión etapa 2)	160+	OR 100+	aproximadamente <u>8 veces</u> el riesgo normal
Crisis hipertensiva (Atención de emergencia necesaria)	Más alto que 180	OR Más alto que 110	

La presión arterial alta se llama el "asesino silencioso" porque a menudo no hay síntomas. Sus números son su única advertencia.

**La única manera de saber si usted tiene tensión arterial alta es tenerla revisada.
Entender sus números es clave para controlar la presión arterial alta.**

Nota: El diagnóstico de hipertensión arterial debe ser confirmado por un profesional médico.

