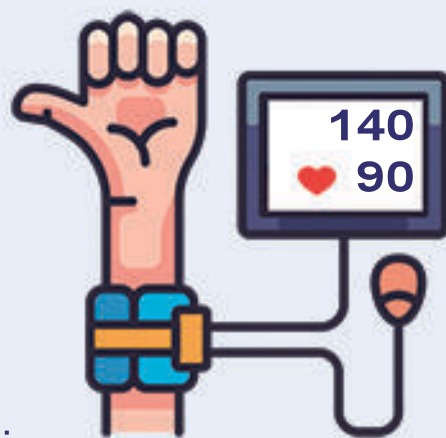




PROYECTO “MÁS SALUD DE CORAZÓN”

Por ti, por los tuyos, por tu corazón sano...

¿ QUÉ ES LA PRESIÓN ALTA ?







- Cuando los valores de medición de la presión están IGUAL O MAYOR 140/90 mmHg
- La presión alta es el principal factor de riesgo de padecer enfermedad cardiovascular y riesgo de muerte
- Una de cada 3 personas podría tener presión alta sin saberlo.

¿ CÓMO PUEDO RECONOCER LA PRESIÓN ALTA ?



- Mídase la presión arterial en un centro médico.
- La mayoría no presenta síntomas (“silencioso”).
- Algunas personas pueden tener (dolor de cabeza, mareos, atontamiento, zumbidos en los oídos, sangrado repentino de la nariz).

¿ CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO ?

- Antecedentes familiares 
- Obesidad 
- Sedentarismo
- Alcoholismo
- Tabaquismo 
- Estrés
- Consumo excesivo de sal 

¿ CUÁLES SON LAS COMPLICACIONES DE LA PRESIÓN ALTA ?

- Puede:
- Debilitar el corazón
 - Complicarse con un infarto del corazón
 - Afectar los riñones
 - Producir una embolia.



El CSRA está realizando atenciones para medir el nivel de glucosa (azúcar en sangre), colesterol, triglicéridos y la toma de un electrocardiograma que ayudan a ver la salud de tu corazón.

**POLICONSULTORIO SOCIAL
VILLA COCHABAMBA**
Calle Manchego
esq. Calle 3, frente a la
Plaza 14 de Septiembre
Telf.: 9220686

**POLICONSULTORIO SOCIAL
CRUZ ROJA**
Calle Bolívar esq.
Guillermo Kruegler
Telf.: 9224022