

A Hipertensão geralmente não dá sintomas mas, comporta-se como um assassino silencioso!

PESSOAS INFORMADAS ADOECEM MENOS!

Conhece os valores da sua tensão arterial



A leitura da tensão arterial tem 2 números que indicam a tensão mais alta (sistólica) e a mais baixa (diastólica) verificadas durante cada ciclo de batimento cardíaco.

A TENSÃO ARTERIAL NORMAL É INFERIOR A



Meça regularmente a tensão arterial e registe os valores!