

LA IMPORTANCIA DE LA MEDICIÓN DE LA PRESIÓN ARTERIAL



TAMBIÉN EN NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES



Es importante **conocer y controlar la presión de tus hijos.**



Hoy sabemos que la hipertensión arterial **no es solo una manifestación de adultos.**

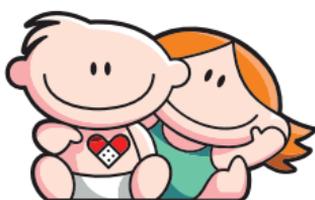


Los síntomas de hipertensión pueden ser silenciosos y representan un riesgo para otras enfermedades.



Recomendaciones:

- 1 Conocer la presión arterial de tus hijos sería importante.
- 2 Mantener un peso adecuado.
- 3 Reducir el consumo de sal.
- 4 Realizar actividad física regularmente.
- 5 Dieta y hábitos saludables con la incorporación de frutas y verduras.
- 6 Evitar el tabaquismo y el consumo de drogas ilícitas y alcohol.
- 7 Controlar y reducir otros factores de riesgo como el sobrepeso, obesidad y el control de los lípidos.
- 8 En caso de recibir tratamiento indicado por el médico: no suspender. Es necesario tener controles periódicos.



Hospital de Pediatría
Garrahan



/HospGarrahan