



**Hacienda**  
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



**nacional financiera**

# HIPERTENSIÓN ARTERIAL SISTÉMICA

---



**2025**  
Año de  
La Mujer  
Indígena



# DEFINICIÓN

La hipertensión arterial es el aumento de la presión de la sangre en las arterias debido a diferentes factores como:

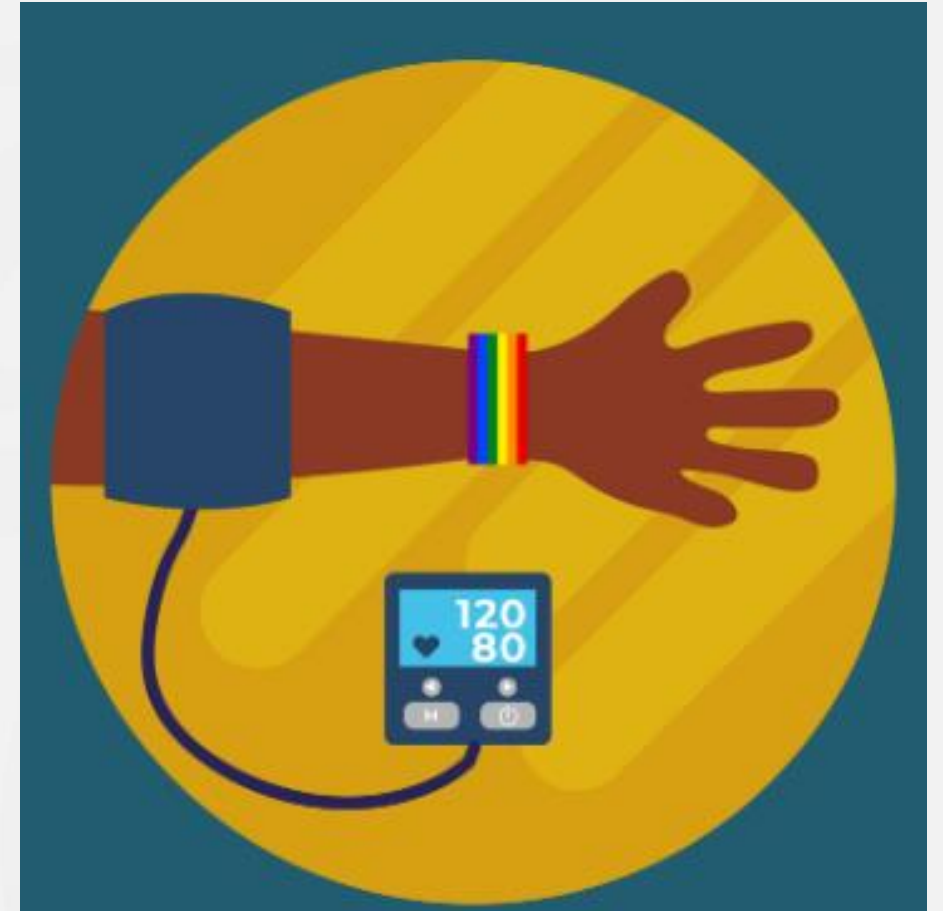
- Obesidad
- Tabaquismo
- Diabetes
- Medicamentos.





# ESTADISTICA

- Datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) de 2020, señalan que 24.9 por ciento de los hombres y 26.1 por ciento de las mujeres padece esta enfermedad
- Cada año ocasiona cerca de 50 mil fallecimientos.



# CIFRAS NORMALES DE TENSION ARTERIAL



EDAD	MINIMA	MEDIA	MAXIMA
20-24 años	108/75	120/79	132/83
25-29 años	109/76	121/80	133/84
30-34 años	110/77	122/81	134/85
35-39 años	111/78	123/82	135/86
40-44 años	112/79	125/83	137/87
45-49 años	115/80	127/84	139/88
50-54 años	116/81	129/85	142/89
55-59 años	118/82	131/86	144/90
60 años o más	121/83	134/87	147/91

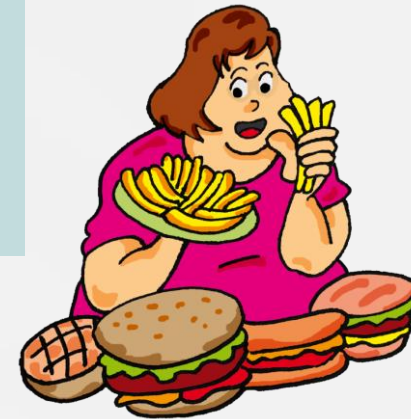


**2025**  
Año de  
**La Mujer  
Indígena**



# CAUSAS y FACTORES DE RIESGO

- ANTECEDENTES FAMILIARES
- SEDENTARISMO
- ALTO CONSUMO DE SAL Y GRASAS E INSUFICIENTE CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS
- CONSUMO DE TABACO Y ALCOHOL
- ESTRÉS
- SOBREPESO U OBESIDAD



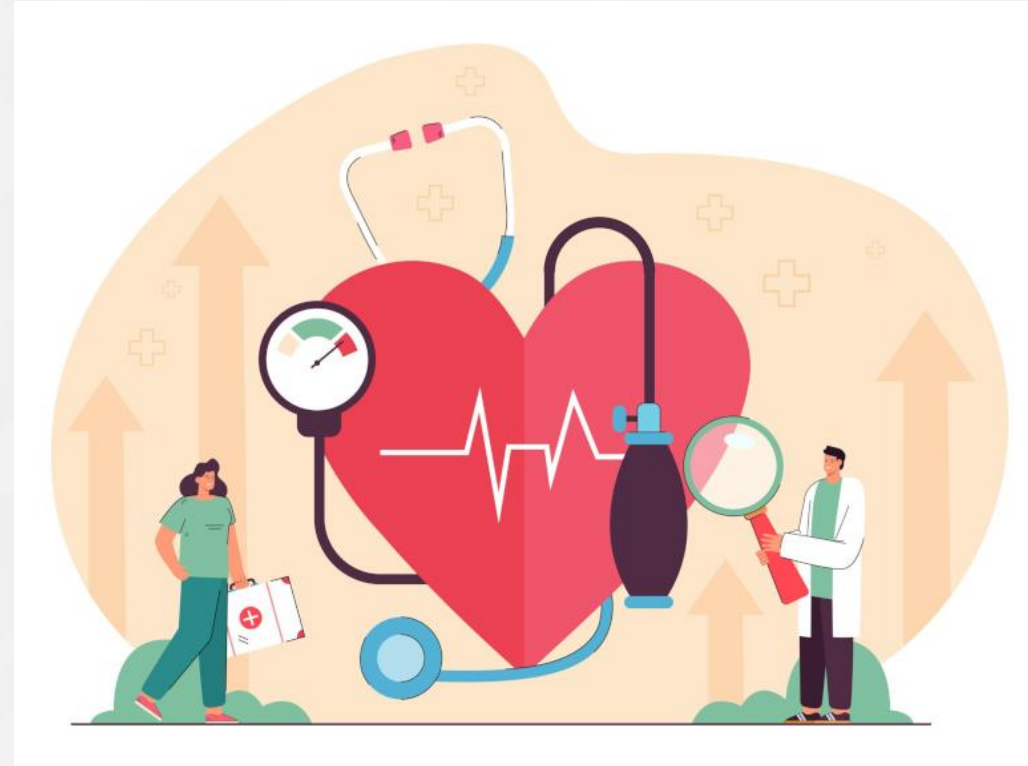




# DIAGNOSTICO

Cuando la presión arterial en dos mediciones distintas es de :

- 140/90 mm Hg o mas



# SINTOMAS

En etapas iniciales, la persona carece de sintomatología, conforme avanza, los síntomas más comunes son:

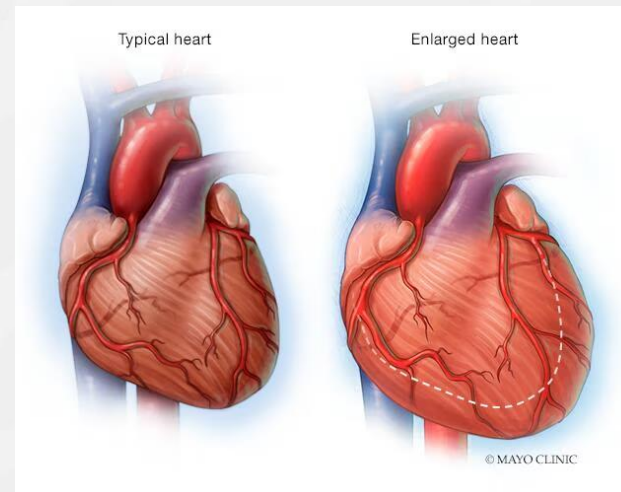
- dolor de cabeza
- zumbido en el oído
- sensación de ver luces
- náuseas y vómito
- sangrado nasal





# PRINCIPALES COMPLICACIONES

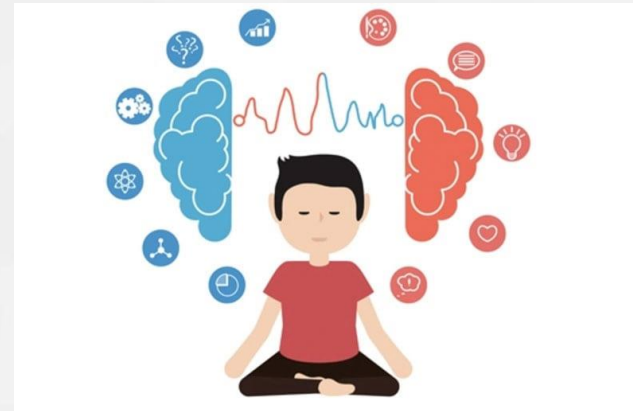
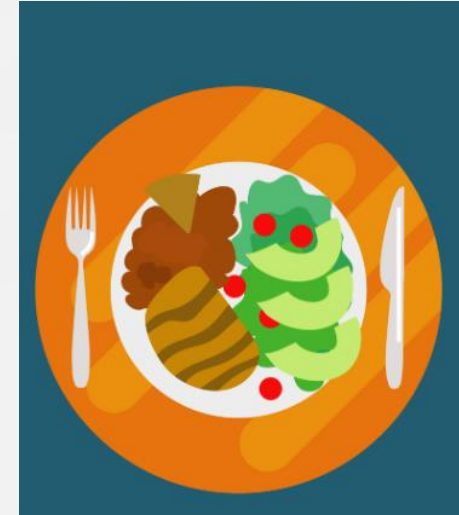
- Infarto al miocardio
- Ensanchamiento del corazón
- Insuficiencia cardiaca
- Embolia
- Arritmia





# COMO PREVENIR ?

- Aliméntate sanamente
- Evitar ingesta de grasas saturadas
- Mantener un peso adecuado a tu edad y estatura
- Realizar actividad física con regularidad
- Evitar fumar
- Cuida tu salud mental



**2025**  
Año de  
La Mujer  
Indígena





# TRATAMIENTO

- Consiste en medidas de prevención general
- Tratamiento farmacológico a base de antihipertensivos y diuréticos
- El médico tratante deberá elegir el más adecuado de acuerdo a las características de la enfermedad.

