

# HTA

Yousra el Grifti i Laia Ciurana



## QUE ES?

La HTA, o Hipertensió Arterial, es una condició mèdica caracteritzada per una pressió arterial persistentement elevada, associada amb riscos cardiovasculars.

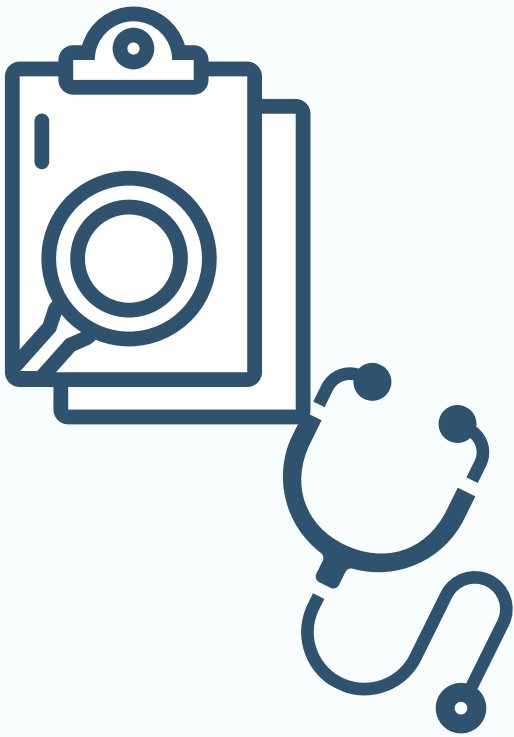


## Prevençió

- Mantén un Pes Saludable
- Seguir una dieta equilibrada
- Reduir la ingestió d'alcohol
- Fer exercici regularment
- Deixa de fumar

## Diagnòstic de l'HTA:

Es diagnostica quan la pressió arterial és més de 140/90 mmHg de manera consistent.



## Síntomes

- Mal de cap
- Mareig y aturdiment
- Problemes a la visió
- Fatiga
- Dificultats respiratòries
- “Bronzit” a la oïda

## Tractament

La hipertensió arterial (HTA) pot requerir canvis en l'estil de vida i els medicaments. Les mesures comunes inclouen una dieta saludable, exercici i medicaments prescrits.



## Factors de risc

Factors de risc serien l'edat, antecedents familiars, gènere, raça, estil de vida, sobrepès. Control i prevenció són essencials.

