

Crise Hipertensiva

O que é?

Caracteriza-se pelo aumento da pressão arterial a níveis muito altos, exigindo avaliação médica.

Como identificar?

Aumento repentino da pressão arterial, geralmente, com valores de pressão arterial sistólica maior ou igual a 180 mmHg e/ou diastólica maior ou igual 120 mmHg acompanhado de sintomas como dor de cabeça, tontura, palpitação, dor no peito entre outros.

O que fazer?

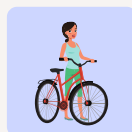
Procure o serviço de saúde mais próximo de sua casa ou chame o SAMU. Não tome medicamentos por conta própria, porque pode piorar sua condição.

Mantenha o acompanhamento e procure um serviço de saúde caso apresente os sinais e sintomas descritos.

Como evitar?



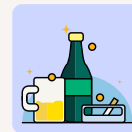
Avalie regularmente sua pressão arterial, com acompanhamento de sua equipe de saúde.



Pratique atividade física.



Mantenha uma alimentação rica em alimentos *in natura* e minimamente processados.



Não fume e evite o consumo de álcool.



Tome seus medicamentos conforme orientação médica, com acompanhamento de sua equipe de saúde.



Mantenha o acompanhamento regular na Unidade Básica de Saúde.