SAÚDE: MORADORES DO PITO PARTICIPAM DE PALESTRA SOBRE HIPERTENSÃO

PROFISSIONAIS DA SAÚDE AUFERIRAM A PRESSÃO DOS PARTICIPANTES E ALERTARAM SOBRE O DIAGNÓSTICO PREVENTIVO E O TRATAMENTO DA DOENÇA

Publicado em 25/04/2014 às 14:33 (Atualizado em 24/04/2024 às 03:27), postado por Assessoria de Comunicação - Josiele Rodrigues, Fonte: Secretaria Municipal de Saúde

Nesta quinta-feira, dia 24 de abril, funcion?rios do Posto de Sa?de do Pito realizaram na noite desta quinta-feira (24), na Creche Vov? Orc?lia, uma palestra para os moradores do bairro com foco na hipertens?o. O encontro teve a presen?a de m?dicos e enfermeiros que auferiram a press?o das dezenas de pessoas presentes e alertaram sobre o diagn?stico preventivo e o tratamento da doen?a.

A a??o foi para lembrar o Dia Mundial de Preven??o e Combate ? Hipertens?o Arterial que ser? no pr?ximo dia 26. A enfermeira K?zia de Souza explicou que a palestra faz parte de um projeto da equipe da sa?de, que pretende realizar eventos educativos todos os meses.

"Temos um grande n?mero de hipertensos no munic?pio, identificados pelas agentes de sa?de. Queremos alertar sobre o risco desta doen?a e como trat?-la, pois sem um cuidado di?rio pode ser fatal", disse.

Cuide-se:

* Considera-se hipertensa a pessoa que, medindo a press?o arterial em repouso, apresenta valores iguais ou acima de 14 por 9.

* Hipertensos t?m maior propens?o para apresentar comprometimentos vasculares, tanto

cerebrais, quanto card?acos.

* Hipertens?o arterial ? doen?a trai?oeira, s? provoca sintomas em fases muito avan?adas ou quando a press?o arterial aumenta de forma exagerada.

* N?o basta tomar os rem?dios para resolver o problema. ? necess?rio promover algumas mudan?as no estilo de vida;

* Coma sal com modera??o.

* Adote dieta rica em frutas, cereais integrais e latic?nios com baixo teor de gordura.

* N?o fume.

* O estresse pode aumentar a press?o arterial. Atividades f?sicas podem contribuir para o controle do estresse e da press?o arterial;

* N?o interrompa o uso da medica??o nem diminua a dosagem por sua conta. Siga as indica?es de seu m?dico e tome os rem?dios rigorosamente nos hor?rios prescritos;

* Me?a a press?o arterial?

AUTENTICAÇÃO
f7762191705d395f21641623b5da0191
https://iuna.es.gov.br/noticia/2014/04/saude-moradores-do-pito-participam-de-palestra-sobre-hipertensao.html