



PROGEPE

CASQ - Coordenação de Atenção Integral à Saúde e Qualidade de Vida

DPVS - Divisão de Promoção e Vigilância em Saúde

o Dia Mundial da Saúde é comemorado **em 07 de abril** para marcar o aniversário da fundação da *Organização Mundial da Saúde* - OMS em 1948.

A cada ano um tema é selecionado para o Dia Mundial da Saúde, que destaca uma área prioritária de preocupação de saúde pública no mundo.

O tema para 2013 é

HIPERTENSÃO ARTERIAL.



O objetivo final do Dia Mundial da Saúde 2013 é reduzir os ataques cardíacos e derrames

Objetivos gerais:

maior consciência, comportamentos saudáveis,

melhor detecção, e ambientes propícios.

Os objetivos específicos da campanha são:

- sensibilizar para as causas e consequências da hipertensão arterial;
- fornecer informações sobre como prevenir a pressão alta e complicações relacionadas;
- encorajar os adultos para verificar sua pressão arterial e seguir os conselhos de profissionais de saúde;
- incentivar a auto-cuidado para prevenir a pressão alta;
- para fazer a medição da pressão arterial acessível para todos, e
- incitar autoridades nacionais e locais para criar ambientes propícios para comportamentos saudáveis.

PRESSÃO ALTA - também conhecida como *pressão arterial elevada* ou hipertensão - aumenta o risco de ataques cardíacos, derrames e insuficiência renal. Se deixado sem controle, pressão alta também pode causar cegueira, irregularidades do ritmo cardíaco e insuficiência cardíaca. O risco de desenvolver estas complicações é maior na presença de outros fatores de risco cardiovasculares, tais como a diabetes. Um em cada três adultos no mundo tem a pressão arterial elevada. A proporção aumenta com a idade, a partir de 1 em 10 pessoas na faixa dos 20 e 30 a 5 em cada 10 pessoas nos seus 50 anos. Prevalência de hipertensão arterial é maior em alguns países de baixa renda.

No entanto, a pressão arterial elevada é tanto **prevenível e tratável**.

Em alguns países desenvolvidos, prevenção e tratamento da doença, juntamente com outros fatores de risco cardiovasculares, trouxe uma redução no número de mortes por doenças do coração.

O risco de desenvolvimento de hipertensão arterial pode ser reduzida por:

- **reduzir o consumo de sal;**
- **comer uma dieta equilibrada;**
- **evitar o uso nocivo do álcool;**
- **tendo atividade física regular;**
- **manutenção de um peso corporal saudável, e**
- **evitar o uso do tabaco.**

Mais informações sobre hipertensão arterial;

Novos dados aumenta destaque na hipertensão, a incidência de diabetes

- Pressão arterial: situação e tendências
- Online Q & A: Como é comum a pressão arterial elevada?
- atlas mundial sobre prevenção de doenças cardiovasculares e controle

Fonte: WHO- OMS