



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

La presión arterial alta aumenta el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral.

La presión arterial
por debajo de
120/80
se considera
normal.



Las personas con
**presión arterial
alta** tienen un
mayor riesgo de
sufrir un **ataque o
derrame cerebral**.



A la edad de 50
años, una salud
cardiovascular
ideal le agrega a
la esperanza de vida:



5.2 años
a hombres y
6.3 años
a mujeres.



Hasta el
80%
de los ataques
cerebrales se
pueden **prevenir**.

**El ataque cerebral
ocurre cuando
un vaso sanguíneo
en el cerebro
se bloquea o se
rompe.**

Se interrumpe el flujo de
sangre y oxígeno,
y las células cerebrales
empiezan a morir.

Más de
1 en 3
adultos estadounidenses con
presión arterial alta
no saben que la sufren.



Revisa tu presión
arterial y manténla
bajo control
midiéndola y
registrándola
en casa para
ayudar a



REDUCIR
tu riesgo de un
**ataque o derrame
cerebral.**

* La salud cardiovascular ideal tiene en cuenta los siguientes factores: presión arterial, colesterol, azúcar en la sangre, índice de masa corporal, así como factores de hábito como tabaquismo, actividad física, sueño y dieta.

Together to End Stroke™ (Juntos para erradicar los ataques cerebrales) antes de que ocurran.
Para más información, visite heart.org/HBP.