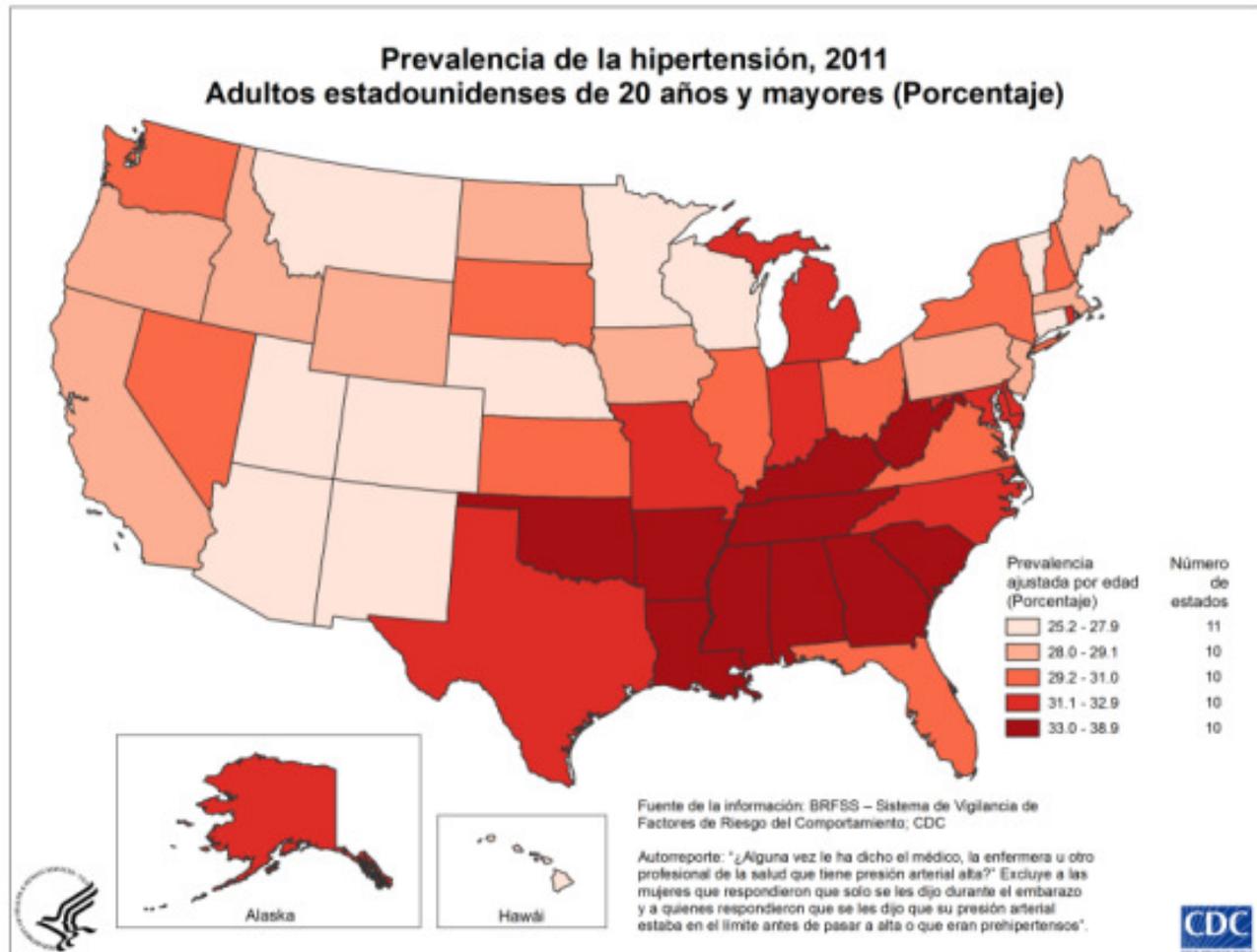


Hoja informativa sobre la hipertensión arterial



Fuente: Sistema de Vigilancia de Factores de Riesgo del Comportamiento, CDC.

Datos sobre la hipertensión arterial

- Tener la presión arterial alta (hipertensión) le pone a usted en riesgo de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares, que son causas principales de muerte en los Estados Unidos.¹
- La hipertensión arterial fue la causa principal o un factor que contribuyó a la muerte de **360,000 estadounidenses** en el 2013, lo que equivale a casi **1,000 muertes diarias**.²
- **75 millones** de adultos (32%) estadounidenses tienen hipertensión arterial, es decir, **1 de cada 3**.³
- **36 millones** de adultos estadounidenses con presión arterial alta **no la tienen bajo control**.⁴
- Alrededor del **30 por ciento de los adultos estadounidenses** tiene prehipertensión (su presión arterial es más alta de lo normal, pero no alcanza el margen de hipertensión arterial).² Tener prehipertensión eleva el riesgo de hipertensión arterial.
- La hipertensión arterial por lo general **no presenta signos o síntomas de alerta**, por lo que muchas personas no saben que la padecen.
- Reducir el consumo promedio de sodio en la población de 3,300 a **2,300 mg al día** puede ahorrar **18,000 millones de dólares gastados en atención médica** y reducir los casos de hipertensión arterial en **11 millones anualmente**.⁵

- La presión arterial alta le cuesta al país casi **48.6 millones de dólares** anualmente en gastos médicos directos y **3,500 millones de dólares** en pérdida de productividad.⁶

La presión arterial se registra con dos cifras. La primera (sistólica) representa la presión de sus vasos sanguíneos cuando su corazón late. La segunda (diastólica) representa la presión de sus vasos sanguíneos cuando el corazón reposa entre latidos.

Niveles de presión arterial⁷	
Normal	sistólica: menos de 120 mmHg diastólica: menos de 80mmHg
En riesgo (prehipertensión)	sistólica: 120–139 mmHg diastólica: 80–89 mmHg
Alta	sistólica: 140 mmHg o más alta diastólica: 90 mmHg o más alta

Esfuerzos de salud pública de los CDC

Million Hearts™

Million Hearts™ es una iniciativa público-privada nacional del Departamento de Salud y Servicios Humanos que busca prevenir 1 millón de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares en un plazo hasta el 2017. La iniciativa, que está codirigida por los CDC y los Centros para Servicios de Medicare y Medicaid, reúne a comunidades, profesionales de la salud, sistemas de salud, organizaciones sin ánimo de lucro, agencias federales y colaboradores del sector privado con el fin de mejorar la atención y ayudar a los estadounidenses a tomar decisiones saludables para su corazón.

Programa Nacional de Prevención de Enfermedades Cardíacas y Accidentes Cerebrovasculares de los CDC

Desde 1998, los CDC han financiado actividades de los departamentos de salud estatales destinadas a reducir la cantidad de personas con enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. En la actualidad reciben fondos los departamentos de salud de 41 estados y el Distrito de Columbia. El programa hace énfasis en las políticas y en la educación para promover una vida y condiciones de trabajo que sean saludables para el corazón y eviten los accidentes cerebrovasculares.

WISEWOMAN

Los CDC han financiado 22 proyectos WISEWOMAN en 19 estados y dos organizaciones tribales. WISEWOMAN ayuda a las mujeres que carecen de seguro médico, o tienen cobertura insuficiente, para que reduzcan su riesgo de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y otras enfermedades crónicas. El programa asiste a mujeres de 40 a 64 años en aspectos como mejorar su alimentación, realizar actividad física, entre otras conductas. WISEWOMAN también ofrece mediciones de la presión arterial y otros exámenes de detección.

Más información (en inglés y español)

Para obtener más información sobre la hipertensión arterial, visite los siguientes sitios web:

- [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)
- [Asociación Americana del Corazón](#)
- [Instituto Nacional del Corazón, el Pulmón y la Sangre](#)

Referencias

1. Kochanek KD, Xu JQ, Murphy SL, Miniño AM, Kung HC. Deaths: final data for 2009. *National vital statistics reports*. 2011;60(3).
2. Roger VL, Go AS, Lloyd-Jones DM, Benjamin EJ, Berry JD, Borden WB, et al. [Heart disease and stroke statistics—2012 update: a report from the American Heart Association](#). *Circulation*. 2012;125(1):e2–220.
3. CDC. [Vital signs: prevalence, treatment, and control of hypertension. United States, 1999-2002 and 2005-2008](#). *MMWR* 2011;60(4):103–8.
4. CDC. [Informe de Vital Signs: Awareness and Treatment of Uncontrolled Hypertension Among Adults—United States, 2003–2010](#). *MMWR* 2012;61(35):703-709.
5. Palar K, Sturm R. Potential societal savings from reduced sodium consumption in the U.S. adult population. *American Journal of Health Promotion*. 2009;24(1):49–57.
6. Heidenreich PA, Trogon JG, Khavjou OA, Butler J, Dracup K, Ezekowitz MD, et al. Forecasting the future of cardiovascular disease in the United States: a policy statement from the American Heart Association. *Circulation*. 2011;123(8):933–44.
7. Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL Jr, et al. Seventh report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Hypertension*.2003;42(6):1206–52.