|  |
| --- |
| Área/región/institución donde se realiza evaluación |
| Nombre y Apellido | Edad: | Sexo M ⃝ F ⃝ | DNI: | Obra social: |
| Se atiende en habitualmente en su centro de salud: SI ⃝ NO ⃝ | ¿Cuál? |  |
| TABAQUISMO SI ⃝ NO ⃝ | SEDENTARISMO SI ⃝ NO ⃝ |
| DIABETESSI ⃝ NO ⃝ DESCONOCE ⃝ | COLESTEROL ALTOSI ⃝ NO ⃝ DESCONOCE ⃝ | ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR (ACV-INFARTO)SI ⃝ NO ⃝ DESCONOCE ⃝ |
| ¿Sabe si es Hipertenso?SI ⃝ NO ⃝ | ¿Toma medicación para la presión?SI ⃝ NO ⃝ | Cuáles: | NO SABE/RECUERDA: SI ⃝ |
| ¿Se olvida alguna vez de tomar los medicamentos?SI ⃝ NO ⃝ | ¿Toma los medicamentos a las horas indicadas?SI ⃝ NO ⃝ | Cuando se siente bien ¿deja alguna vez de tomarlos?SI ⃝ NO ⃝ | Si alguna vez le cae mal ¿deja de tomar la medicación?SI ⃝ NO ⃝ |
| Última consulta paracontrolar hipertensión | NUNCA⃝ | MÁS DE UN AÑO⃝ | EN EL ÚLTIMO AÑO⃝ | ÚLTIMOS 6 MESES.⃝ |
| Peso: | Talla: | IMC: | Riesgo cardiovascular estimado: |
| BRAZO CONTROLADO | 1er toma | Sistólica | Diastólica | Bajo ⃝ | Moderado ⃝ |
| 2da toma | Sistólica | Diastólica | Alto ⃝ | Muy Alto riesgo ⃝ |
| TROQUELADO – TROQUELADO - TROQUELADO – TROQUELADO - TROQUELADO – TROQUELADO - TROQUELADO – |
| El día de la fecha fui evaluado por quien me explicó que: |
| Mi presión arterial es: | Presión Máxima | Presión Mínima | La Hipertensión Arterial es una enfermedad crónica que tiene tratamiento seguro y eficaz. NO PRESENTA SÍNTOMAS, por eso es importante detectarla a tiempo, Su control es fundamental para evitar problemas del corazón. |
|  |  |
| Según mis antecedentes y mi presión arterial, su RIESGO CARDIOVASCULAR ES: | BAJO | MODERADO | **¿Qué es el Riesgo cardiovascular?**Es la probabilidad de sufrir enfermedades graves de las arterias (principalmente del corazón y del cerebro) en los próximos años. |
|  |  |
| ALTO | MUY ALTO |
|  |  |
| Por todo esto me sugieren: | Consultá al centro de salud más cercano a tu domicilio. |
| LOS HÁBITOS SALUDABLESCARDIOVASCULAR | COLABORAN | EN | PREVENIR | Y MEJORAR | EL | CONTROL DE TU PRESIÓN | ARTERIAL Y RIESGO |
|  |  |  |  |  |  | Tomar la medicación indicada |
| Hidratate con AGUA.Comé todos los días 2 frutas y 2 porciones de verduras. | El descenso de peso previene y favorece a reducir los valores de presión arterial. | Menos sal, más Vida | La práctica regular y adecuada de actividad física ayuda a reducir el riesgo de hipertensión, infarto, ACV, diabetes y variostipos de cáncer. | La ingesta moderada a excesiva de alcohol aumenta la presión arterial. Reducir su consumo disminuye lamisma. | El cigarrillo aumenta el riesgo de presentar enfermedades graves como el Infarto o ACV. | El tratamiento farmacológico representa la piedra angular del tratamiento. Son seguros, eficaces y previenen complicaciones. |



PROFESIONAL DE LA SALUD

COPIA PARA LA PERSONA