

Cada 17 de mayo se conmemora el **Día** Mundial de la **Hipertensión** con la finalidad de promover la concienciación y los esfuerzos para prevenir, diagnosticar y controlar la **hipertensión** arterial, condición que constituye el principal factor de riesgo ...

El 17 de mayo se conmemora el Día Mundial de la Hipertensión Arterial, una efeméride que desde el año 2013 ha mantenido vivo el mismo lema "**Conozca sus cifras de presión arterial**". La intención de esto es que muy pocas personas saben a ciencia cierta cuál es su tensión en estado normal.

Obviamente existe una cifra estándar que es la famosa 120/80, pero como cada individuo es único hay personas que por naturaleza son hipotensos y su tensión normal es 110/70 y otros son hipertensos y su tensión base es 130/90, es decir un poquito por arriba o por debajo.

El problema real con la hipertensión, es que se trata de un *enemigo silencioso*, que solo cuando la persona ya tiene la tensión muy elevada es cuando se notan los síntomas, como calor corporal, orejas rojas, dolor de cabeza e incluso hay quienes sufren de vértigo a pesar de que sea un síntoma más común cuando la tensión va a la baja.