

Conozca sus cifras

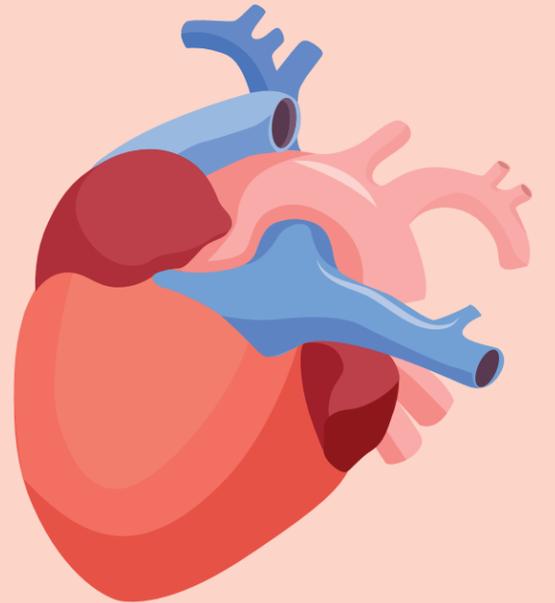


INCMNSZ



Salud Cardiovascular

Es importante que sepa cuáles son las cifras que influyen en su salud para prevenir enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.



Presión arterial

Cuando se mide la presión arterial, el resultado se registra con dos números.



- El primero, llamado **presión arterial sistólica (alta)**, mide la presión cuando el corazón se contrae y expulsa la sangre hacia afuera.
- El segundo, llamado **presión arterial diastólica (baja)**, es la presión que ocurre cuando el corazón se relaja y se llena de sangre.

Visite: www.epsnutricion.com.mx