



**American
Heart
Association®**

es por **la vida®**

Controle la presión arterial y mejore su salud cardiaca con el programa *Revise, Cambie, Controle*. Este es un programa que utiliza el automonitoreo y el seguimiento de las lecturas de presión arterial realizadas en casa para ayudarle a tener un corazón sano y mantenerlo así. Regístrese hoy mismo para comenzar a controlar su salud cardiaca.

Fecha: _____

Su lectura de presión arterial:

Sistólica: _____

Diastólica: _____

Pulso: _____

<http://www.ccctracker.com/>

Utilice el código de campaña: _____



**Revise.
Cambie.
Controle.**®

| Categoría de la Presión Arterial | Sistólica mm Hg (número de arriba) | | Diastólica mm Hg (número de abajo) |
|---|---|------------|---|
| NORMAL | MENOS DE 120 | y | MENOS DE 80 |
| ELEVADA | 120 - 129 | y | MENOS DE 80 |
| PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 1 | 130 - 139 | o | 80 - 89 |
| PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 2 | 140 O MÁS ALTA | o | 90 O MÁS ALTA |
| CRISIS DE HIPERTENSIÓN (consulte a su médico de inmediato) | MÁS ALTA DE 180 | y/o | MÁS ALTA DE 120 |