

# LOVE YOUR HEART

Classificação da pressão arterial	Pressão arterial sistólica (mmHg)		Pressão arterial diastólica (mmHg)	Alvo de pressão arterial (mmHg)	Sintomas de lesão de órgãos	Seguido recomendação
Normal	<120	E	<80			Voltar a verificar anualmente ou conforme recomendado pelo médico;
Pré-hipertensão	120-139	OU	80-89			Voltar a verificar anualmente ou conforme recomendado pelo médico;
Hipertensão estágio 1	140-159	OU	90-99	Para aqueles < 60 anos de idade, O objetivo é <140/90		Fala com o seu médico dentro de 2 meses;
Hipertensão estágio 2	≥160	OU	≥100	Para aqueles < 60 anos de idade, O objetivo é <150/90		Fala com o seu médico dentro de 1 mese;
Urgência hipertensiva	≥180	OU	≥110	Veja acima	Nao	Fala com o seu médico imediatamente;
Emergência de hipertensão	≥180	OU	≥110 (Geralment e excede 120)	Veja acima	Sim	Liga para 9-1-1 ou vai para o departamento de emergência

**E lembre-se de estar ativo, comer saudável e não fumar!**  
**Visita [LOVEYOURHEARTSD.org](http://LOVEYOURHEARTSD.org) para aprender mais.**

