

# La noticia de la semana



13.05.2019

## Consejos para controlar la hipertensión

El 17 de mayo se celebra el Día Mundial de la Hipertensión, una buena ocasión para llamar la atención sobre este problema de salud, que afecta a un gran número de personas con diabetes y supone un importante factor de riesgo cardiovascular. Para prevenir su desarrollo o lograr su control, es importante tener en cuenta una serie de consejos. Por un lado, realizar un seguimiento regular de los niveles de tensión arterial, para facilitar el diagnóstico y tratamiento de forma precoz, ya que se calcula que en torno al 40% de las personas con hipertensión no han sido diagnosticadas. En este sentido, se recomienda que las personas con diabetes mantengan un nivel de tensión arterial inferior a 140/90 mmHg. Y por otro, se aconseja adoptar hábitos saludables y evitar otros perjudiciales, tales como el tabaquismo y el sedentarismo. Para más información, haz clic [aquí](#).

Con la colaboración de:  
 **NOVARTIS**

LA NOTICIA DE LA SEMANA es un proyecto impulsado por FEDE y que cuenta con la colaboración de NOVARTIS. No obstante, NOVARTIS no interviene ni en su diseño ni en su contenido.