



**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