

Dor de cabeça é sinal de pressão alta?

Cedida Envato Imagens



30% das pessoas que sofrem de hipertensão desconhecem o diagnóstico por falta de sintomas

DA REDAÇÃO

Muita gente associa a dor de cabeça à hipertensão, mas essa

relação não é verdadeira, embora pressão alta possa causar dores de cabeça. A dor aparece quando a pressão aumenta rapidamente em momentos de estresse, uso de medicamentos ou drogas.

"A hipertensão é caracterizada pelo aumento gradual da pressão ao longo dos anos devido aos maus hábitos e, nes-

ses casos, o corpo se adapta a essas condições, não dando sinais de alerta. Por ser uma doença silenciosa, ela é tão perigosa", explica o cardiologista dos hospitais Marcelino Champagnat e Universitário Cajuru, Gustavo Lenci. "A pressão tende a subir quando realizamos atividade física, comemos muito, tomamos café e ficamos ansiosos. Mas isso é momentâneo", complementa o médico.

A dor de cabeça pode ter diversas causas, como cansaço, estresse, preocupação e ansiedade, mas também pode estar relacionada a problemas de saúde como gripe, problemas de visão ou alterações hormonais. Quando ela demora mais de três dias para desaparecer, é importante procurar um médico para identificar a causa e iniciar o tratamento adequado.

Bomba relógio

A pressão arterial considerada normal é de 120 x 80 mmHg, mas quando uma pessoa é hipertensa, a pressão sanguínea aumenta, por tempo prolongado, alcançan-

do índices iguais ou superiores a 140 x 90 mmHg. Nos estágios mais avançados da doença é comum aparecer sintomas como enjojo, tontura, cansaço excessivo, visão embaçada, sonolência, dificuldade para respirar ou dor no peito.

O risco é quando a hipertensão não é diagnosticada e tratada corretamente, já que pode acarretar doenças como AVC, infarto, arritmia e insuficiência cardíaca e renal. "Estilo de vida saudável, com atividade física e alimentação equilibrada e balanceada, é fundamental para evitar doenças crônicas como hipertensão. Além disso, o check up anual é essencial", ressalta Lenci.

Loterias



MEGA-SENA

Acumulou - Concurso 2488

17 31 34 40 56 57

QUINA

Acumulou - Concurso 5871

02 07 35 62 67

DUPLA SENA

Acumulou - Concurso 2375

1ª SORTEIO
02 31 32 34 35 42
2ª SORTEIO
03 05 12 13 30 50

TIMEMANIA

Acumulou - Concurso 1792

04 39 49 51 53 62 73

LOTOMANIA

Acumulou - Concurso 2321

03 09 18 19 29 36 39
50 60 62 68 71 75 76
78 81 87 88 89 91

DATAS COMEMORATIVAS



Dia Mundial da Segurança Alimentar
Dia da Liberdade de Imprensa