

Tenho HTA:  
que cuidados devo ter?

# Importância do controle da tensão arterial e consequências

O controle da tensão arterial é crucial para o bom funcionamento do organismo, a manutenção da saúde cardiovascular e para a prevenção de várias complicações.

## Doenças cardiovasculares

A tensão arterial elevada prolongada sobrecarrega o coração, podendo levar a **enfarte agudo do miocárdio** e diminuição da sua função (**insuficiência cardíaca**).



## Acidente Vascular Cerebral (AVC)

A hipertensão danifica os vasos sanguíneos do cérebro, aumentando o risco de **AVC hemorrágico** (quando um vaso sanguíneo rompe) ou **AVC isquêmico** (quando o fluxo sanguíneo é interrompido por um coágulo). Ambas as formas podem causar incapacidade permanente ou até mesmo morte.



## Doença renal

Os vasos sanguíneos dos rins expostos a tensões elevadas vão-se deteriorando, diminuindo a capacidade de filtrar resíduos e líquidos do sangue, culminando em **doença renal crônica**.



## Problemas de visão

A hipertensão pode danificar os vasos sanguíneos dos olhos, causando **retinopatia hipertensiva**, o que pode levar à **perda de visão parcial** ou **total**.



## Défice cognitivo e Demência

A hipertensão pode afetar o fluxo sanguíneo no cérebro, contribuindo para o desenvolvimento de défices cognitivos e **demência** vascular, afetando a memória e a capacidade de raciocínio.



## Disfunção Erétil

A hipertensão também pode danificar os vasos que irrigam o pênis, prejudicando o fluxo sanguíneo e podendo causar dificuldades em obter ou manter uma ereção.

