

HIPERTENSIÓN



La presión arterial se define como la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos sanguíneos. Esta presión depende del trabajo que realiza el corazón y de la resistencia de los vasos sanguíneos.

Causas de la hipertensión arterial:

- Edad: Después de los 45 la presión arterial puede incrementar de forma paulatina, ya que las arterias se vuelven más rígidas y estrechas debido a la formación de placa.
- La obesidad o sobrepeso representan un factor de riesgo clave.
- Consumo de alcohol y tabaco.
- Consumo alto de sal o alimentos con sodio (embutidos, sazoadores, aderezos, enlatados, quesos, alimentos procesados, postres, etc.)
- Enfermedades de salud existentes: Las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, la enfermedad renal crónica y los niveles de colesterol elevados pueden derivar en hipertensión, sobre todo cuando la gente envejece o tiene hábitos no saludables de vida.
- Estrés.



Síntomas de hipertensión:

- Dolor de cabeza (algunas veces).
- Dificultad para respirar.
- Mareos.
- Sangrado nasal.
- Palpitaciones o taquicardia.
- Manchas de sangre en los ojos (hemorragia subconjuntival).
- Rubor facial: se produce cuando los vasos sanguíneos del rostro se dilatan.

TRATAMIENTO NATURAL PARA LA HIPERTENSIÓN:

- Coenzima Q10 mezclado con ajo deodorizado y minerales.
- Omega 3 de salmón.
- Concentrado de Lúpulo, Azahar y Melisa para el estrés.
- Noni enriquecido con uva.

Pregunta para mayores informes acerca de estas alternativas en el 3338 800 820 y en el WhatsApp 3316051249

Fuentes:

<http://scielo.sld.cu/pdf/med/v42n2/med08203.pdf>

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10408398.2018.1492901?journalCode=bfsn20>

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000600003

<https://secardiologia.es/images/publicaciones/libros/2007-sec-monografia-nutraceuticos.pdf>