



MINISTERIO DE SALUD

REGIÓN METROPOLITANA DE SALUD

DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

**INFORME DE LAS ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN EN
CONMEMORACIÓN AL**

DÍA DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Fecha: 17 de Mayo

Lugar: En los Policentros y Centros de Salud de la Región Metropolitana

Asunto: Día de Hipertensión Arterial

Objetivo:

- *Transmitir a la población en general de la importancia de mantener un estilo de vida saludable evitando así adquirir enfermedades crónicas.*
- *Promover la toma de la Presión Arterial detectando así el ASESINO SILENCIOSO en personas que desconocían que padecían esta enfermedad, incluyéndolas al Programa de Adulto de cada Centro de Salud.*
- *Verificar en los pacientes con DX. De Hipertensión Arterial si el antihipertensivo surte efecto y mantiene los niveles normales de la PA.*

Las instalaciones de salud realizan conversatorios, seminarios, Talleres, actividades extra muro, confeccionan Murales, material educativo.

Todos los centros de salud y policentros tienen sus grupos de pacientes crónicos y con ellos realizan actividades como toma de presión, peso y talla, laboratorios para ver el estado de salud y determinar si siguen controlados.





EXPOSICIÓN DIALOGADA HTA





Reunión programación de actividades 7-mayo- 2018

17 de mayo hipertensión
18 de mayo diabetes





COME SANO, MUÉVETE Y VIVE MEJOR

PARA PREVENIR
LAS ENFERMEDADES
DEL CORAZÓN

INFARTO AL CORAZÓN ¿CÓMO IDENTIFICARLO?

SINTOMAS DEL INFARTO

-  Presión aumentada en el pecho.
-  Sensación de dolor en el centro del pecho que puede durar unas horas (apenas y desaparecer).
-  Dolor, presión o adormecimiento en uno o ambos brazos, hombros, espalda, cuello, mandíbula o estómago.
-  Aumento del ritmo cardíaco.
-  Falta de aire acompañado o no de dolor en el pecho.
-  Otros signos, como sudor excesivo o frío, náuseas, vómito o mareos.

¿QUÉ HACER ANTE ESTOS SINTOMAS?

- Mantén la calma.
- Llama al 911 (emergencias).
- Sigue las instrucciones que te indiquen.
- Apoyate sobre arriba y colócate los pies en alto.
- Ten cuidado cuando llamas a un familiar o persona cercana y permanecer inconsciente.
- Si tienes una aspirina de acción inmediata y fríasela.
- Espera las recomendaciones para ser trasladado a un hospital.

www.saludpanama.gob.pa www.minsal.gob.pa

Fundación MAPFRE  



salud
Ministerio de Salud
Panamá



DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN

