

PRESSÃO ARTERIAL

A pressão arterial – ou tensão, como é mais conhecida – é a força que o sangue exerce quando passa nos vasos sanguíneos.

Essa pressão é maior quando o coração bombeia sangue – é a **pressão sistólica** ou **máxima** – e menor quando o coração está em repouso – é a **pressão diastólica** ou **mínima**. Os valores são medidos em milímetros de mercúrio com a sigla mmHg.

Assim, da medição resultam dois números:

PRESSÃO ARTERIAL	MÁXIMA (SITÓLICA)	MÍNIMA (DIASTÓLICA)
IDEAL	Menos de 120 mmHg	Menos de 80 mmHg
NORMAL*	Entre 120 e 129 mmHg	Entre 80 e 84 mmHg
NORMAL-ALTA*	Entre 130 e 139 mmHg	Entre 85 e 89 mmHg
HIPERTENSÃO ESTÁDIO 1	Entre 140 e 159 mmHg	Entre 90 e 99 mmHg
HIPERTENSÃO ESTÁDIO 2	160 mmHg ou mais	100 mmHg ou mais

**Pré-hipertensão*