



LA ADOPCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES PUEDEN REDUCIR HASTA 38% EL RIESGO DE PADECER HIPERTENSIÓN

- *La hipertensión arterial (HTA) es uno de los principales factores de riesgo para padecer enfermedad cardiovascular, cerebrovascular y falla renal.*
- *La revisión médica periódica es clave para recibir el tratamiento oportuno, ya que en México 47% de las personas que padecen hipertensión no lo sabe*
- *En los últimos 3 años, GNP detectó un incremento de casi 10% en número de casos y de 21% en monto pagado por estos padecimientos.*

Ciudad de México 16 de Mayo de 2016.- De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, La hipertensión arterial (HTA) es el incremento anormal de la presión arterial y uno de los principales factores de riesgos para padecer enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, así como falla renal. Entre las principales causas de hipertensión se encuentran: una dieta alta en grasas saturadas, el tabaquismo, un estilo de vida sedentario y la obesidad. La mayoría de factores pueden corregirse llevando a cabo hábitos de vida saludables, reduciendo las posibilidades de presentar este padecimiento.

Datos de GNP Seguros revelan que en los últimos 3 años, se han atendido alrededor de 15 mil casos de hipertensión, con un incremento promedio anual de casi 10%. Por otro lado, ha identificado un incremento promedio de 21% en el monto pagado por la atención de este padecimiento, que en la mayoría de los casos se presenta a una edad de 60 años. Así mismo identificó que el 49% de los casos corresponden a hombres y el 51% a mujeres.

“En México 47% de las personas que padecen hipertensión no tuvieron un diagnóstico oportuno, por lo que no recibieron una atención adecuada y en tiempo, incrementando el riesgo de tener serias afectaciones a su salud y dar paso a una enfermedad cardiovascular de mayor cuidado. Por ello es fundamental que las personas lleven una revisión médica periódica, principalmente si padecen enfermedades crónicas como: obesidad, diabetes, problemas renales, o bien si alguien de su familia padece hipertensión, ya que la herencia también es un factor de riesgo”, mencionó Dr. Alejandro Chías, subdirector médico de GNP Seguros.

La detección oportuna de factores de riesgo permite llevar un tratamiento adecuado y control del padecimiento. La medición de la presión arterial es muy sencilla y se puede realizar desde casa, sin embargo es importante la valoración de un médico especialista que pueda determinar de acuerdo a las características de cada persona su nivel arterial óptimo para así poder detectar y atender cualquier variación.

En el marco del Día Mundial contra la hipertensión, GNP Seguros fomenta los hábitos saludables como la manera más segura de reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares como la hipertensión que pueden afectar seriamente la salud y así poder tener una mejor calidad de vida a largo plazo.



Si bien es cierto que existe una alta incidencia de enfermedades cardiovasculares en México y que deben tratarse con oportunidad, también es cierto que cambiar nuestros hábitos de vida para que sean más saludables es un factor clave que puede reducir considerablemente el riesgo de padecer estas enfermedades, estos hábitos son muy sencillos: tener una dieta saludable y reducida en grasas saturadas y sodio, realizar actividad física de forma regular, evitar el hábito de fumar y el consumo de alcohol, así como llevar una revisión médica periódica.

“ En GNP Seguros a través de nuestro programa GNP Cuida tu Salud, el cual está enfocado a generar cambios positivos en el estado de salud a través de mecanismos de evaluación, consejos y recomendaciones para todos nuestros asegurados que deseen o necesiten realizar cambios saludables que favorezcan su calidad de vida, realizamos un análisis de variación del nivel de riesgos de 2 mil personas, en el cual determinamos que los hábitos saludables **pueden reducir hasta 38% el riesgo de padecer hipertensión**” mencionó el Dr. Alejandro Chías, Subdirector Médico de GNP Seguros.

Las enfermedades cardiovasculares son una de las principales causas de muerte en México y el mundo, tan sólo en México hay 30 millones de casos de hipertensión, no obstante en su mayoría son prevenibles si se mantienen hábitos de vida saludables, que no sólo ayudarán a mantener un estado de salud óptimo, sino también a mejorar la calidad de vida y prevenir complicaciones que pueden afectar la estabilidad emocional y económica de las familias.

Para mayor información sobre tres hábitos saludables: actividad física, alimentación balanceada y dejar de fumar, que pueden mejorar su estado de salud físico y reducir riesgos, consultar: Facebook GNP Seguros y GNP Cuida tu Salud; Twitter @GNPSeguros, también en www.gnpcuidatusalud.com

Acerca de GNP

GNP Seguros es la empresa aseguradora multiramo con más de 114 años de experiencia que la respaldan, además forma parte de uno de los conglomerados empresariales más importantes de México GRUPO BAL, el cual está constituido por instituciones de gran prestigio y destacadas en cada uno de sus sectores: seguros, pensiones, financiero, comercial, industrial y educativo.

Atención a Medios

Mónica Mejía Aguirre
58092589
monica.mejia@gnp.com.mx