

# Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina de 2024

## ¿Qué es la Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina?

Cada año, la Oficina de Salud de la Mujer (OWH) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de EE. UU. dedica una semana a generar conciencia sobre la presión arterial alta (hipertensión) en las mujeres y ayuda a mejorar las estrategias y los recursos para comprender y controlar mejor la presión arterial. La presión arterial alta es común y puede provocar problemas de salud graves, como aneurismas, enfermedad renal y ataques cardíacos o accidentes cerebrovasculares, pero es posible que muchas mujeres no sepan que tienen presión arterial alta o que corren el riesgo de tenerla. Esta celebración motiva a las mujeres a mejorar su salud con pasos simples y alcanzables, y destaca los esfuerzos locales y nacionales que ayudan a apoyar a las mujeres en su camino hacia una vida cardíaca saludable. Este año, la **Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina (NWBPaw)** se celebra del **13 al 19 de octubre**.

EL TEMA DE LA NWBPaw DE 2024 ES

## Empoderamiento a cualquier edad: control de la presión arterial a lo largo de la vida.

Este tema hace hincapié en la importancia de vigilar y controlar la presión arterial a lo largo de toda la vida de la mujer, abordando los problemas de salud específicos que surgen desde la adultez temprana hasta la menopausia y más allá. El tema también pretende destacar y abordar las disparidades en la salud cardíaca, especialmente en comunidades desatendidas y subrepresentadas. La OWH alienta a las mujeres a controlarse la presión arterial, conocer sus cifras y tomar medidas para mantener el corazón saludables a cualquier edad.

### Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina

## EVENTO EN DIRECTO

Participe en nuestra presentación en directo **del Panel de Recursos** el **16 de octubre de 2024 a la 1:00 p. m. ET.**

Los expertos compartirán nuevos recursos y consejos prácticos para controlar la presión arterial y mejorar la salud del corazón. En este evento, se explicarán los recursos más recientes sobre la hipertensión, se darán consejos prácticos para el control de la presión arterial, se compartirán opiniones de expertos y se ofrecerán próximos pasos tangibles a las comunidades.

**REGÍSTRESE Y OBTENGA MÁS INFORMACIÓN AQUÍ:**

[www.womenshealth.gov/nwbpaw/events](https://www.womenshealth.gov/nwbpaw/events)

## NWBPaw de 2024 Áreas de interés



Control de la presión arterial en la adultez temprana



Consideraciones sobre la presión arterial durante el embarazo y el posparto



La menopausia y la salud del corazón



Presión arterial alta y equidad sanitaria

# ¿Cómo puedo participar en la Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina?

LA OFICINA DE SALUD DE LA MUJER LA INVITA A:

- 🗣️ **COMPARTIR** cómo se controla la presión arterial y se mantiene saludable usando **#NWBPAW** en las redes sociales.
- 📺 **ACCEDER** al kit de herramientas de la NWBPAW en [www.womenshealth.gov/nwbpaw/resources](http://www.womenshealth.gov/nwbpaw/resources) para compartir los mensajes y recursos de 2024.
- ★ **LIDERAR** o participar en eventos o actividades de la NWBPAW en su comunidad que respalden el tema de 2024 y cuestiones como un evento de distribución de kits de tensiómetros para el hogar.
- ❤️ **COMPARTIR** los mensajes y recursos de la NWBPAW de 2024 con las mujeres de su entorno para apoyar su salud cardíaca en cada etapa de la vida.

## Ejemplos de mensajes para redes sociales

Comparta estas publicaciones en las redes sociales durante toda la NWBPAW y etiquete a [@HHSOWH](https://www.facebook.com/HHSOWH) en Facebook, [@womenshealth](https://twitter.com/womenshealth) en X y [@HHS Office on Women's Health](https://www.linkedin.com/company/HHS-Office-on-Womens-Health) en LinkedIn.

🎉 Es la Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina! Celebre empoderando a las mujeres para que vigilen y controlen la **#PresiónArterial** en los momentos clave de su camino hacia la salud. Use las pegatinas de la OWH y compártalas en las redes sociales. **#NWBPAW** **#Empoderamiento** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw/resources>

Hoy comienza la Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Femenina. Controlarse **#lapresiónarterial** es importante para las mujeres en todas las etapas de la vida, desde la adultez temprana hasta la **#Menopausia** y más allá. Únase a la OWH durante toda la semana para ayudar al "Empoderamiento a cualquier edad". **#NWBPAW** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw>

¿Es posible tener **#PresiónArterialAlta** cuando se es joven, activa y saludable? Sí, es posible. Incluso a los 20 y tantos, la presión arterial alta puede ser un motivo de preocupación. En esta Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina, conozca sus cifras y tome el control de su salud cardíaca. **#NWBPAW** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw>

La preeclampsia es un problema grave de presión arterial que puede afectar a las embarazadas 🤰. En esta Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina, conozca los signos y procure mantener una **#PresiónArterialsaludable**. **#ConcientizaciónSobreLaPreeclampsia** **#NWBPAW** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw>

A medida que los niveles de estrógeno disminuyen, aumenta el riesgo de problemas cardíacos durante la menopausia. En esta Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina, haga un plan para hablar con su médico 🩺 y tome medidas proactivas para cuidar el corazón. **#EmpoderamientoEnLaMenopausia** **#NWBPAW** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw>

La **#PresiónArterialAlta** es más frecuente en comunidades con acceso limitado a recursos de salud. Visite una clínica local, un centro comunitario y la página de la Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina de la OWH para recibir consejos sobre cómo controlarse la **#PresiónArterial**. **#NWBPAW** <https://www.womenshealth.gov/nwbpaw>



Para acceder a nuestro **kit completo de herramientas de la NWBPAW**, incluidos más mensajes de redes sociales, gráficos, pegatinas digitales, videos y más, visite [www.womenshealth.gov/nwbpaw/resources](http://www.womenshealth.gov/nwbpaw/resources).

¡Gracias por celebrar con nosotros la **Semana Nacional de Concientización sobre la Presión Arterial Femenina!**