

Publicado em *Nestlé Baby & Me* (<https://www.nestlebabyandme.com.br>)

[Início](#) > Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?

Compartilhar Artigo

X



## Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?

<https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave> [1]

\_ [2] \_ [3] \_ [4] \_ [5]



## Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?

Quinta-feira, Novembro 9th, 2017

- <sup>[6]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartilhar](#)

Estou grávida de 5 meses e o meu médico, numa consulta de rotina, mediu a minha pressão arterial: estava nos 14/9. Tenho o que se chama de hipertensão arterial na gravidez. O que isso significa?

### Hipertensão arterial na gravidez

A hipertensão arterial durante a gravidez precisa ser cuidadosamente monitorada. Contudo, com um regime alimentar adequado e um acompanhamento médico regular, você diminuirá as chances de ter complicações.

## **Saiba, a seguir, 10 pontos essenciais que devem ser levados em conta sobre a hipertensão na gravidez.**

1. Existem várias formas de hipertensão durante a gravidez:

- Mulheres que são hipertensas “por natureza” e que a pressão arterial pode elevar-se durante a gravidez.
- Mulheres que podem ter uma pressão arterial elevada durante a gravidez e que voltam à pressão arterial normal depois.
- Mulheres em que a hipertensão se manifesta no terceiro trimestre da gravidez (geralmente durante o quinto ou sexto mês). Essa forma de hipertensão é a mais provável de causar complicações.

2. A hipertensão relacionada à gravidez pode ser detectada pelo seu médico por meio de uma simples medição da sua pressão arterial em repouso. Assim que a hipertensão é diagnosticada, tanto a mãe como o bebê correm um baixo risco de sofrer complicações, já que a gravidez será acompanhada de perto pelo seu médico. Se achar necessário, o médico poderá pedir a realização de exames adicionais para fazer uma melhor avaliação da situação, como análises de sangue, ecografia, doppler, etc.

3. Os sintomas que indicam uma possível hipertensão são: edemas, dores de cabeça, tonturas, visão com pontos pretos, zumbidos nos ouvidos, aumento de peso recente e considerável. Na maior parte dos casos, no entanto, a hipertensão não é notada.

4. A hipertensão na gravidez afeta com maior frequência mulheres jovens durante a sua primeira gravidez ou numa gravidez de gêmeos. Outros fatores de risco a se considerar são: obesidade, histórico pessoal ou familiar de hipertensão, diabetes, etc.

5. Os riscos para o bebê são: sofrimento fetal crônico, atraso de crescimento, baixo peso ao nascer, parto prematuro, etc. Contudo, quando essa situação é acompanhada de perto pelo seu médico, os riscos da hipertensão podem ser consideravelmente reduzidos.

6. Os riscos para a mãe são: falência dos rins ou fígado e acidente vascular cerebral. Se é detectado um aumento das proteínas na urina, associado ao aparecimento súbito de edemas, a hipertensão está evoluindo para um problema muito sério chamado de pré-eclampsia ou toxemia gravídica.

A última etapa é a eclampsia, um tipo grave de ataque epilético que pode levar ao coma. Felizmente, esse fenômeno é muito raro hoje em dia, pois a hipertensão é acompanhada e supervisionada de uma forma muito atenta e cuidada pelo médico.

7. A hipertensão relacionada à gravidez também pode levar o seu médico a optar por um parto por

cesariana.

8. Para evitar complicações, é essencial modificar seus hábitos alimentares, limitando o consumo de gordura e açúcar, utilizando o sal de forma comedida e consumindo frutas, legumes e verduras. Se você tem excesso de peso, não hesite em falar com o seu médico e consulte um nutricionista para um acompanhamento alimentar personalizado. Também beba pelo menos 1,5 litro de água ( sem gás) por dia.

9. O repouso total é recomendado. A hipertensão na gravidez poderá ser causa para você deixar de trabalhar por algum tempo.

10. Não se preocupe. Hoje em dia a hipertensão na gravidez é um fenômeno muito estudado e bem controlado pelo seu médico, mas é preciso que você siga, rigorosamente, seus conselhos e orientações para que sua gravidez corra sem qualquer problema.

[Ler mais](#) [7]

**URL de origem:** <https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave>

#### **Links**

[1] <https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave&media=https://www.nestlebabyandme.com.br/sites/default/files/styles/thumbnail/public/pressao\\_alta\\_na\\_gravidez-\\_o\\_que\\_fazer-.jpg&description=Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave&media=https://www.nestlebabyandme.com.br/sites/default/files/styles/thumbnail/public/pressao_alta_na_gravidez-_o_que_fazer-.jpg&description=Eu%20tenho%20press%C3%A3o%20arterial%20elevada%3A%20%C3%A9%20grave%3F&description=Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Eu%20tenho%20press%C3%A3o%20arterial%20elevada%3A%20%C3%A9%20grave%3F&description=Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave>

[5] [https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave&title=Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?](https://api.whatsapp.com/send?text=https://www.nestlebabyandme.com.br/tenho-pressao-arterial-elevada-grave&title=Eu%20tenho%20press%C3%A3o%20arterial%20elevada%3A%20%C3%A9%20grave%3F&description=Eu tenho pressão arterial elevada: é grave?)

[6] <https://www.nestlebabyandme.com.br/printpdf/42976>

[7] <https://www.nestlebabyandme.com.br/javascript%3A%3B>