HIPERTENSIÓN, UN ENEMIGO SILENCIOSO
TALLER INFORMATIVO

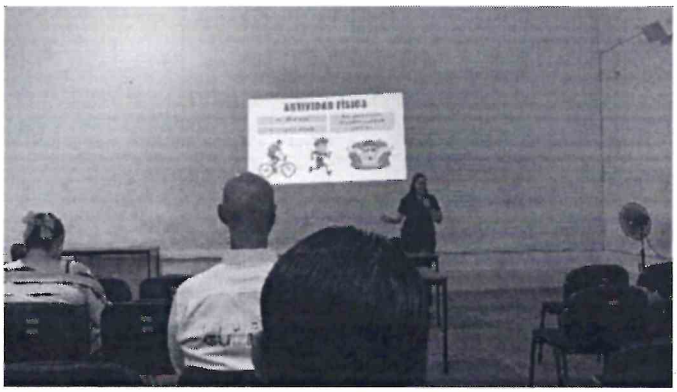
Con motivo de la conmemoración del ***Día Mundial de la Hipertensión Arterial***, la Jefatura de Salud Municipal organizó un taller informativo el día **19 de mayo** del presente año, dirigido al personal del H. Ayuntamiento de Zapotlán el Grande, con el objetivo de sensibilizar y capacitar sobre esta enfermedad silenciosa que representa una de las principales causas de morbilidad y mortalidad a nivel nacional e internacional.

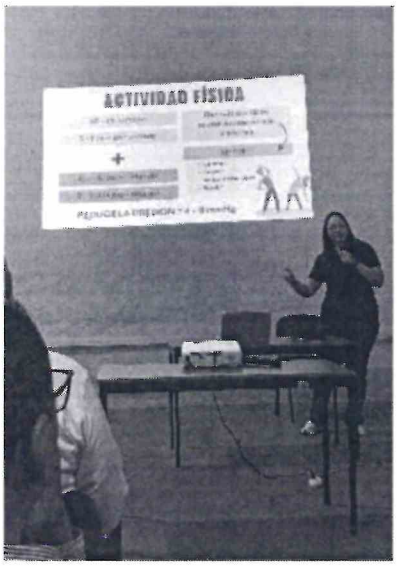
Este taller surge de la necesidad de fortalecer los conocimientos del personal en temas de salud preventiva, dado que la hipertensión es una afección crónica que muchas veces no presenta síntomas, pero que puede derivar en complicaciones graves como infarto al miocardio, insuficiencia renal o accidente cerebrovascular. A pesar de su gravedad, es una condición que puede prevenirse, diagnosticarse y controlarse si se adoptan las medidas adecuadas.
Durante el taller, se abordaron aspectos fundamentales como:

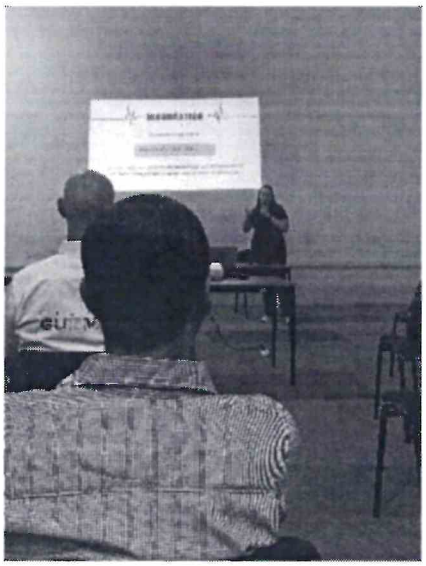
- ¿Qué es la hipertensión arterial?
- Factores de riesgo modificables (mala alimentación, sedentarismo, estrés, tabaquismo).
- Importancia de la detección oportuna y monitoreo regular.
- Técnica correcta para la toma de presión arterial.
- Promoción de hábitos de vida saludables para la prevención y control.

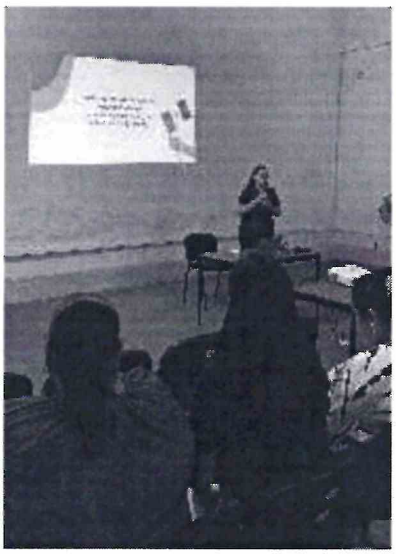
Asimismo, se compartieron estadísticas actualizadas que evidencian el impacto de la hipertensión en la población mexicana, haciendo énfasis en la necesidad de acciones educativas permanentes que fomenten el autocuidado y la salud integral en los espacios laborales.

Este tipo de talleres no solo fortalecen la cultura de prevención entre los trabajadores del gobierno municipal, sino que también los convierte en agentes multiplicadores de la salud dentro de sus familias y comunidades.









Guzmán Municipio de Zapotlán el Grande Jalisco, 31 de julio del 2025

ADMINISTRACIÓN PÚBLICA MUNICIPAL
ZAPOTLÁN EL GRANDE

DRA. MARIANA CELESTE LÓPEZ MÉNDEZ
JEFA DE SALUD MUNICIPAL

JEFATURA DE
SALUD MUNICIPAL

Av. Cristóbal Colón 62 Centro Histórico
C.P. 49000Zapotlán el Grande, Jalisco
Teléfono 341 575 2500
www.ciudadguzman.gob.mx