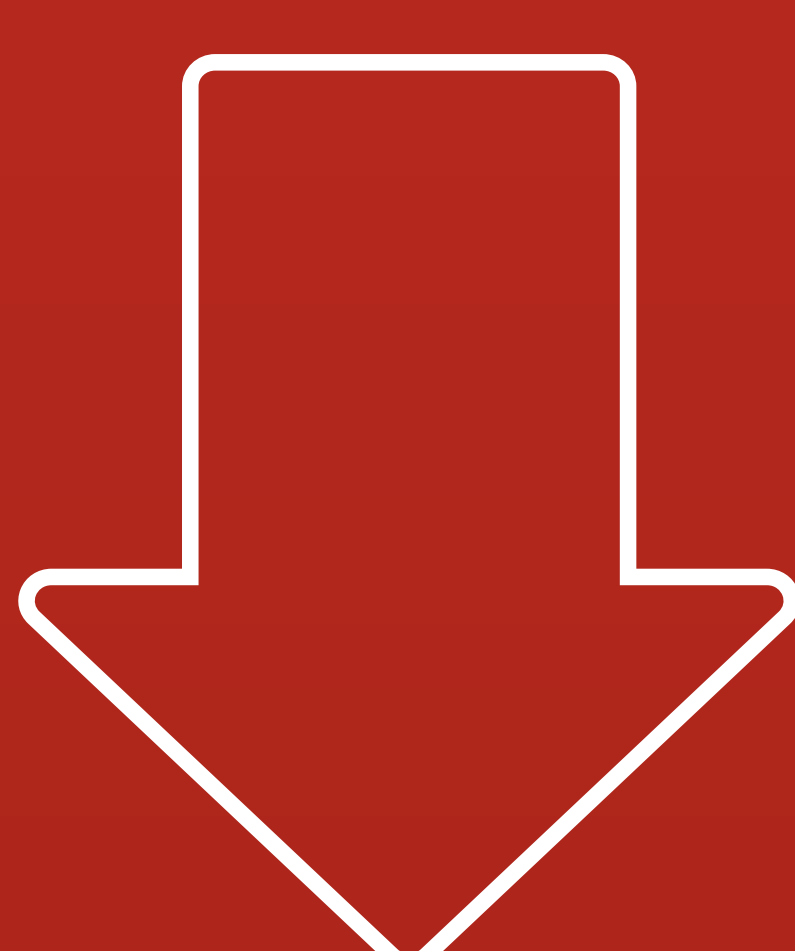




American  
Heart  
Association®

# ÉNTRALE A BAJAR TU PRESIÓN™



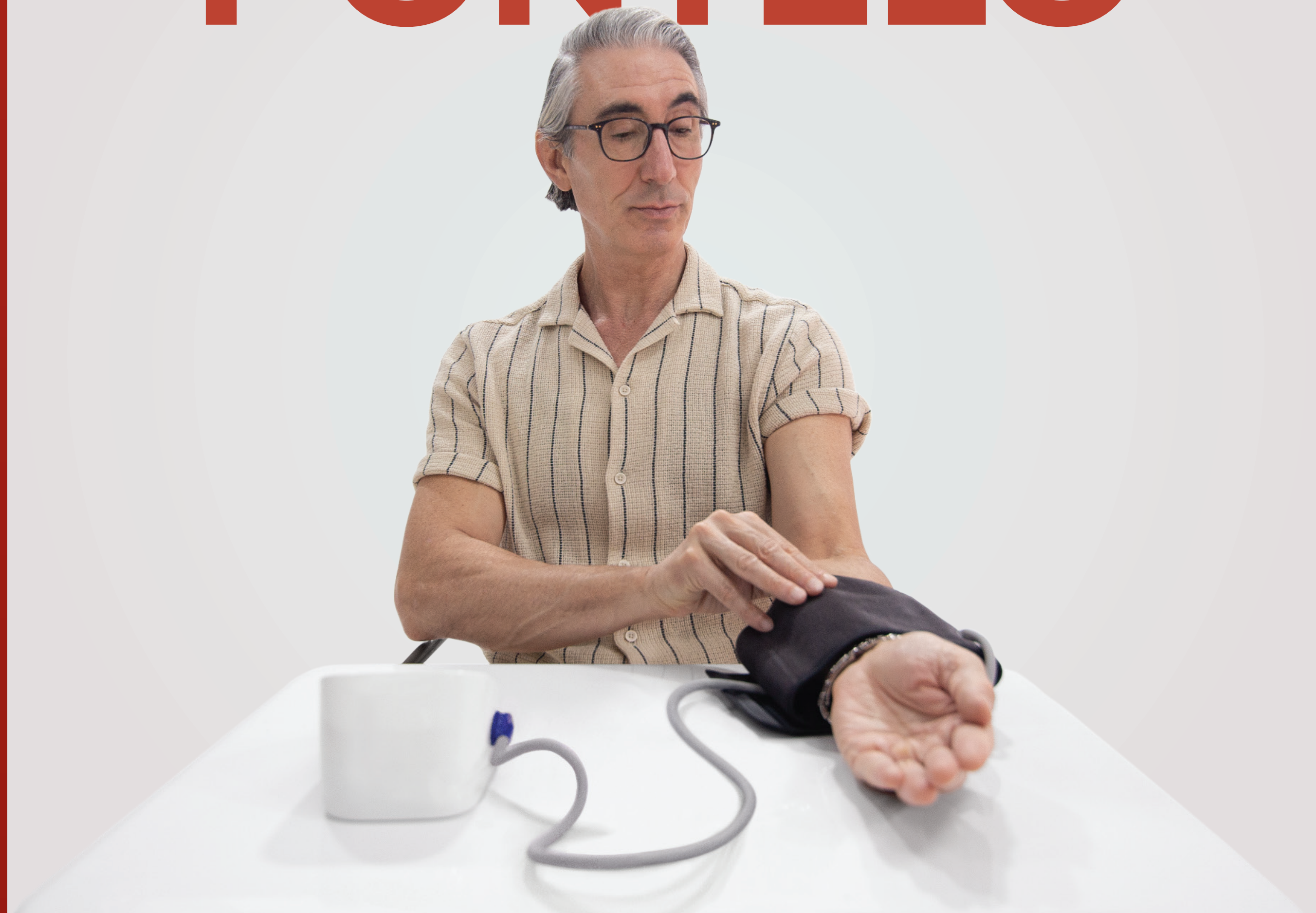
1

## TÓMALO



2

## PÓNTELO



3

## AJÚSTALO



4

## CHÉCALO



Chequéala todos los días. Monitoréate ya.

Visita: [heart.org/ControlaTuPresion](https://heart.org/ControlaTuPresion) o escanea código para ver más.



Este proyecto cuenta con el apoyo de acuerdos cooperativos (CPIMP211227 y CPIMP211228) con la Oficina de Salud de las Minorías (OMH) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de EE. UU., como parte de una asignación de asistencia financiera por un total de \$14.6 millones de dólares en colaboración con la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA). El contenido no necesariamente representa las opiniones oficiales de la OMH, la OASH, el HHS ni del Gobierno de EE. UU., ni estos organismos respaldan dicho contenido. Para obtener mayor información, visita <https://www.minorityhealth.hhs.gov/>.