

HIPERTENSION ARTERIAL

Dra. Veronica Perez Bardanca

Dr. Sebastian Palmer
Dr. Jorge Bermudez
Dr. Rafael Pereyra

Departamento de Cardiología de CASMU
Directora: Dra. Marianela Mendez



¿Que es la Hipertensión Arterial?

Aumento de la Presión o tensión arterial en los vasos sanguíneos (arterias)

Presión Sistólica

Presión diastólica

PA \geq 140/90 mmHg

2 registros en diferentes días

En condiciones idóneas

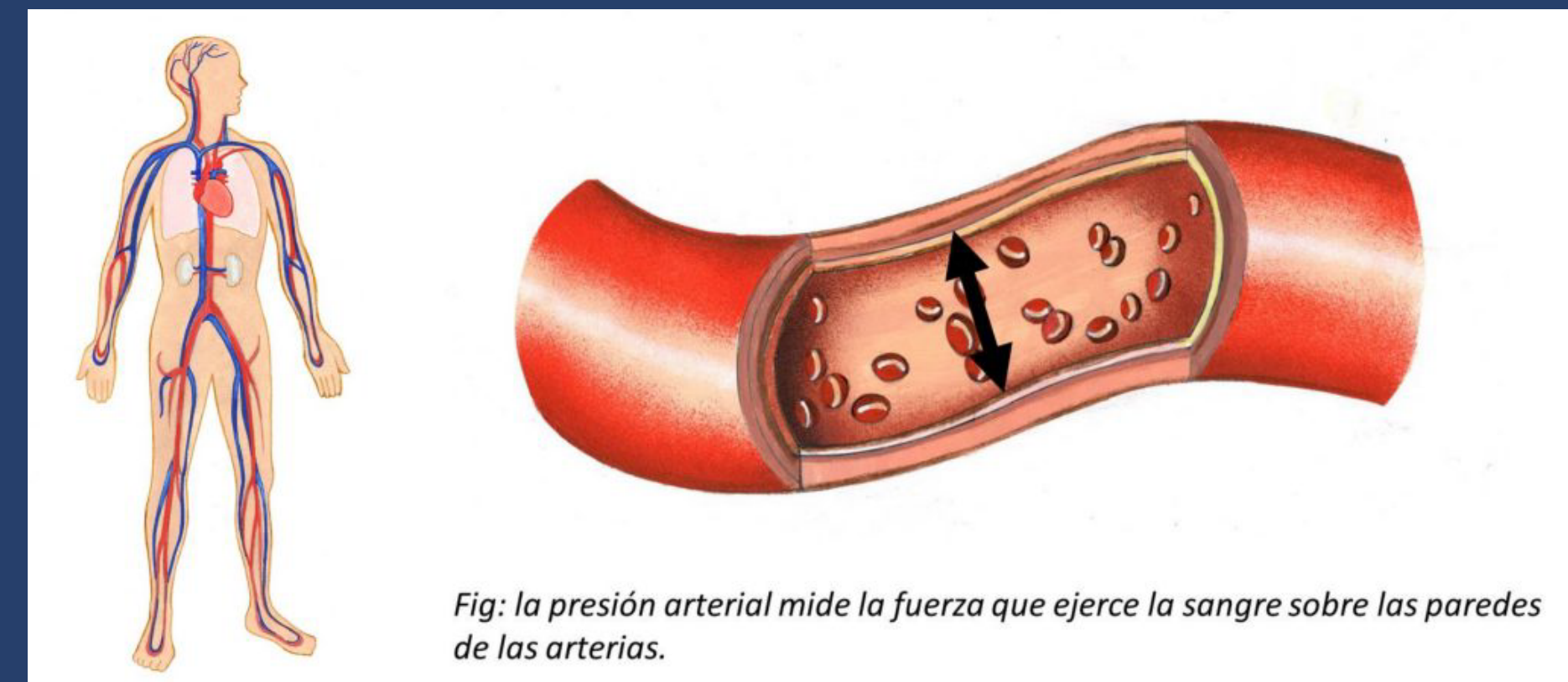


Fig: la presión arterial mide la fuerza que ejerce la sangre sobre las paredes de las arterias.

HIPERTENSION ARTERIAL

Es una enfermedad en si.

Predispone a otras enfermedades, principal factor de riesgo para infarto de miocardio y accidente cerebrovascular.

ASESINA SILENCIOSA: puede no dar síntomas.

Se diagnostica con la toma de la presión arterial.

Prevalencia de la HTA

1 de cada 3 adultos es hipertenso (46% de la población)

- 20 % adultos mayores de 18

- 60% mayores de 60 años.

Mas del 50% de las personas hipertensas NO LO SABEN!

PARA HACER DIAGNOSTICO TOMARSE LA PA

1 de cada 3 adultos hipertensos en tratamiento no logra mantener sus cifras de PA < 140/90

PARA VERIFICAR EFECTIVIDAD DEL TRATAMIENTO : TOMARSE LA PA

¿Quiénes tienen más riesgo de ser hipertensos?

FACTORES DE RIESGO NO MODIFICABLES

Sexo

Edad

Raza

Antecedentes familiares de hipertensión arterial

¿Quiénes tienen más riesgo de ser hipertensos?

FACTORES DE RIESGO MODIFICABLES

Sobrepeso/ obesidad

Sedentarismo

Fumar

Tomar alcohol en exceso

Estrés

Alimentación con alto contenido de sodio

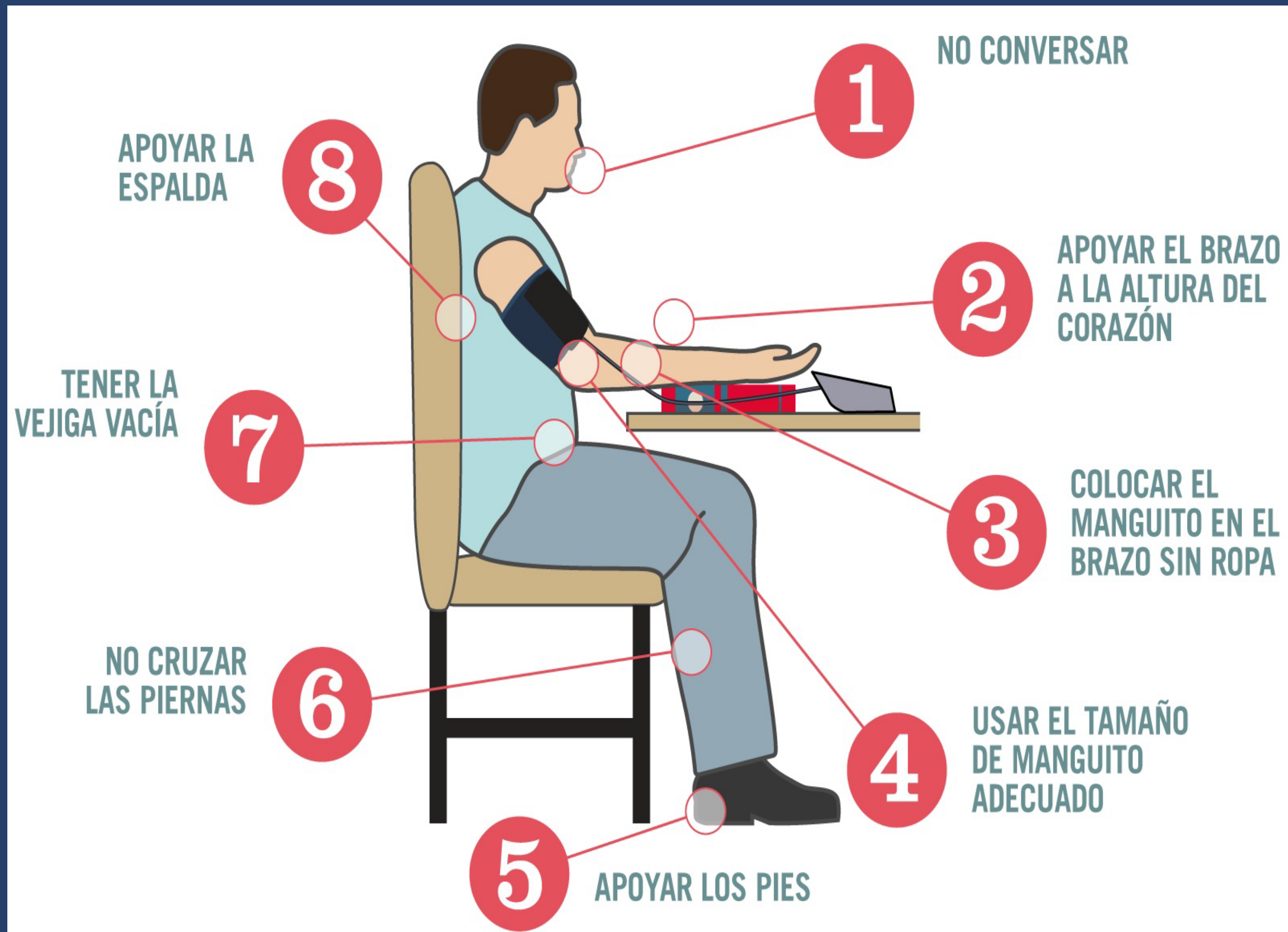
Diabéticos



¿Quienes deben controlarse la PA?

- En consulta pediátrica a partir de los 3 años
- Control a partir de los 40 años.
- Si tenemos factores de riesgo para ser hipertensos debemos controlarnos mas seguido
- **CONOCER NUESTRAS CIFRAS!!**
- Avalado el uso de aparatos electrónicos.





¿Que sintomas puedo tener?

- 95% NO DA SINTOMAS
- Malestar general
- Dolor de cabeza
- Sangrado nasal
- Hemorragia ocular
- ASESINA SILENCIOSA
- Puede debutar como complicación grave: ACV



¿Porque soy hipertenso? ¿Cual es la causa?

-5% HTA SECUNDARIA

-Patologías renales

-Enfermedades endocrinológicas.

-95% HTA ESENCIAL

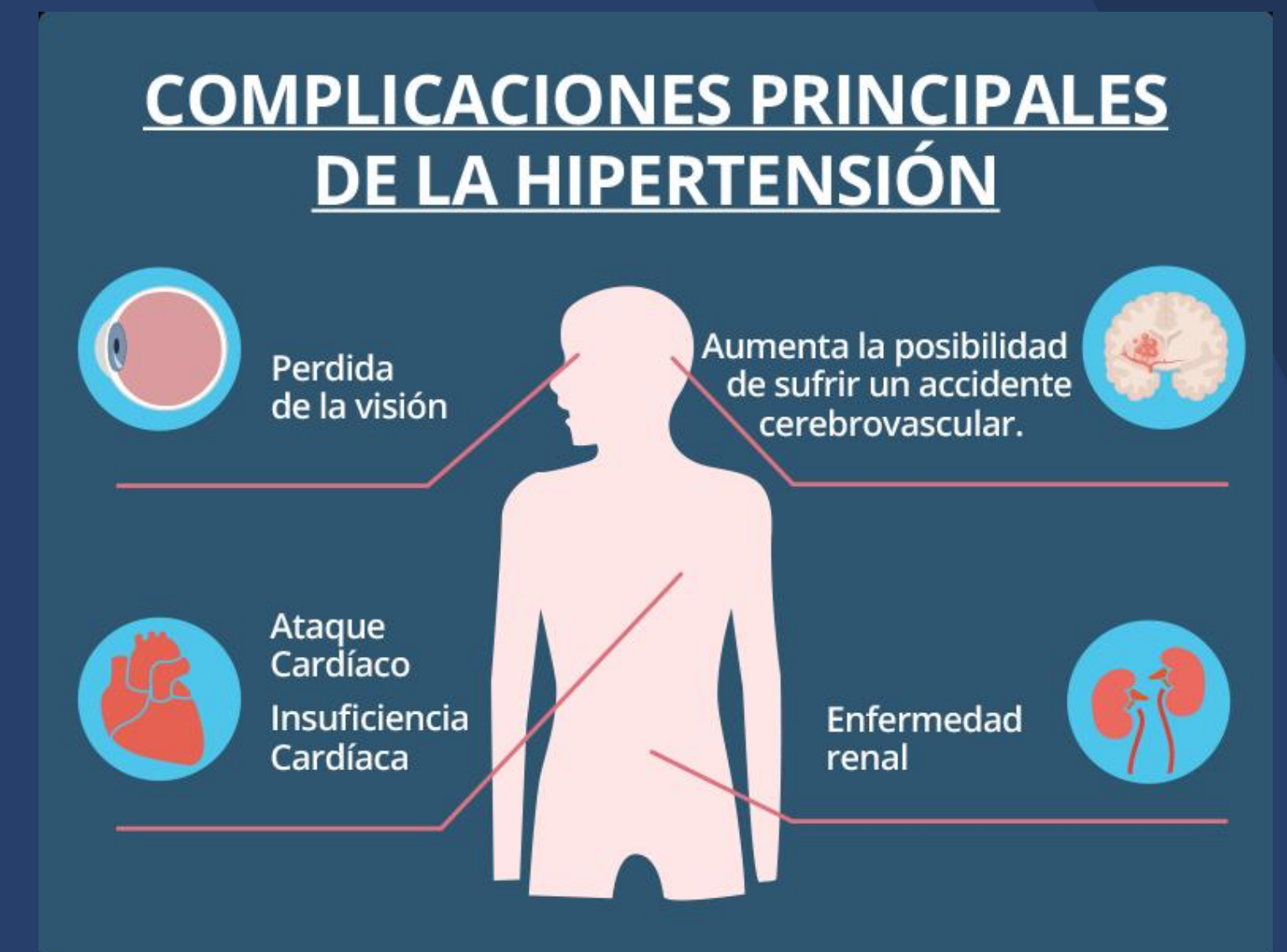
-Factor genético

-Potenciado por factores ambientales: factores de riesgo

- NO SE CURA, SE TRATA

¿Que complicaciones me puede dar la HTA?

- Sin tratamiento la HTA genera lesión en las arterias del cuerpo que lleva a muchas afecciones medicas.
- ENFERMEDADES DEL CORAZON: infartos , insuficiencia cardiaca
- ENFERMEDADES CEREBRALES : ACV
- ENFERMEDAD RENAL
- PROBLEMAS OCULARES



¿Que tratamiento debo hacer?

- HIGIENICO DIETETICO: cambios en el estilo de vida, realizar ejercicio, alimentacion saludable (rica en frutas y verduras, baja en grasas y baja en sodio) No fumar, no tomar alcohol en exceso.



Tratamiento de la HTA

- MEDICAMENTOSO

- Lo ideal es que un MEDICO indique la medicación
- El tipo de medicamento, su dosis, o si debe ser uno o varios depende de cada paciente.
- La medicación se toman TODOS LOS DIAS
- La toma de medicación no me asegura tener la presión arterial bien controlada, debo tomarme la PA para verificarlo

PARA LLEVARSE A CASA

- La HTA es una enfermedad crónica
- Es muy frecuente
- Es el principal factor de riesgo para enfermedades graves como infartos de miocardio y accidente cerebrovascular.
- PA \geq 140/90 mmHg
- ASESINA SILENCIOSA Debemos tomarnos la PA para detectarla
- “Sentirse bien o estar tomando la medicación” no nos aseguran que la PA este bien controlada Debemos tomarnos la PA para verificarlo
- DEBEMOS TOMARNOS LA PA REGULARMENTE.