



LICENCIATURA EN NUTRICIÓN.

FISIOPATOLOGIA 1

ENSAYO: HIPERTENSION ARTERIAL

DR: MIGUEL BASILIO ROBLEDO

ALUMNA: VERONICA VELÁZQUEZ ROBLERO

TERCER

CUATRIMESTRE

TAPACHULA CHIAPAS, A 11/07/2020.

INTODUCCION:

la hipertensión arterial representa un importante problema de salud pública y su prevalencia se incrementa dramáticamente con la edad. En este trabajo hablaremos de manera resumida de la importancia de la hipertensión arterial, en nuestro país un elevado porcentaje de la población adulta padece de hipertensión arterial, con el consecuente aumento del riesgo de enfermedad cardiovascular. esto nos obliga a considerar seriamente cambios en estilos de vida hábitos en actividad física y alimentación

DESARROLLO

La hipertensión arterial es una enfermedad caracterizada por un aumento de la presión en el interior de los vasos sanguíneos (arterias) como consecuencia los vasos sanguíneos se van dañando de forma progresiva así favoreciendo el desarrollo de las enfermedades cardiovasculares, también daño al riñón y en menor medida daña la retina de los ojos.

La hipertensión, se define por la presencia de valores de presión arterial superiores a la normalidad: presión arterial sistólica (PAS) \geq 140 mmHg y/o presión arterial diastólica (PAD) \geq 90 mmHg. Sin embargo, en el adulto mayor, algunos autores sugieren cifras de PAS \geq 160 mmHg y PAD \geq 90 mmHg para hipertensión sistó-diastólica. En el caso de la hipertensión sistólica aislada, se refieren cifras de PAS \geq 140 mmHg con PAD menor de 90 mmHg. Una PAS = 140 - 160 mmHg se considera presión arterial sistólica limítrofe y probablemente requiere tratamiento en los menores de 85 años.

como venimos mencionando la hipertensión arterial es una enfermedad que daña mayormente a los adultos y principalmente a los mayores de 65 años,

el sistema vascular es un circuito cerrado en el que la sangre es impulsada por una bomba llamada corazón, en este circuito las arterias transportan sangre hacia los diferentes órganos y tejidos y las venas retornan la sangre al corazón, cuando hay un aumento de la presión en el interior del sistema arterial se esta hablando de hipertensión arterial.

Esta enfermedad generalmente no produce ningún síntoma por lo que se le conoce como (asesina silenciosa)cuando ya esta muy elevada puede producir dolor de cabeza.

Existen dos tipos de presión arterial la esencial o idiopática y la secundaria.

hipertensión arterial esencial o idiopática (esta es de causa desconocida) en muchos casos 9 de cada 10 ocasiones de hipertensión arterial es de causa desconocida,

ahora bien hipertensión arterial esencial esta es debida a factores genéticos(hereditarios)que predisponen a una lesión arterial elevada junto a sus factores ambientales

Entre ellos están los de edad avanzada, obesidad, existe una relación entre el peso y la presión arterial sobre todo si el peso es el acumulo de grasa a nivel abdominal ,hipertension,azúcar y triglicéridos elevados y colesterol HDL bueno bajo se denomina

síndrome metabólico, una dieta rica en sodio, y bajo en calcio y potasio la falta de actividad física, el consumo de alcohol estos serían algunos de los factores.

el caso de **la hipertensión secundaria** es debida a diversas enfermedades ya que pueden producir a que favorezcan una cantidad exagerada de líquido en el interior del circuito o bien porque favorezcan la contracción de las arterias, reduciendo así la capacidad del circuito para contener sangre.

En la hipertensión secundaria se dan por ejemplo las enfermedades del riñón que es una de las causas más frecuentes de hipertensión arterial secundaria.

casi todas las enfermedades del riñón pueden elevar la tensión, la más frecuente es la insuficiencia renal crónica, la enfermedad vasculorrenal este se refiere al estrechamiento de las arterias renales como consecuencia de la arteriosclerosis,

esto hace que el riñón reciba menos sangre y secrete una serie de sustancias que favorecen la contracción de las arterias, síndrome de apnea del sueño, en las enfermedades metabólicas están la hipercalcemia, hipotiroidismo, hipertiroidismo acromegalia..

conclusión

No debe diagnosticarse hipertensión arterial por una toma aislada de la tensión arterial, es necesario repetir la valoración dos a tres veces. de preferencia por las mañanas, cuando no se haya realizado ninguna actividad física, aunque nos consideremos sanos es de suma importancia chequear la presión arterial, incluso en la carrera de nutrición es recomendable siempre chequear la presión de los pacientes al iniciar a tratarlos porque muchos ni saben que son hipertensos o hipotensos, el nutriólogo debe tomar muy en cuenta esta valoración, sería muy principal para tener un cuadro de valoración de los pacientes y así hacerle un cuadro de alimentación adecuada y recomendable el ejercicio diario ya que es vital para la salud.

bibliografía:

fisiopatología de porth 9 edición

hipertensión arterial scielo

Comisión Nacional Técnica Asesora del Programa de Hipertensión Arterial. MINSAP. Cuba. Hipertensión arterial. Guía para la prevención, diagnóstico y tratamiento. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008.

2. Sink KM, Leng X, Williamson J, Kritchevsky SB, Yaffe K, Kuller L, et al. Angiotensin-converting enzyme inhibitors and cognitive decline in older adults with hypertension. Results from the cardiovascular health study. Arch Intern Med 2009;169(13):1195-202.

3. Gaddam KK, Nishizaka MK, Pratt-Ubunama MN, Pimenta E, Aban I, Oparil S, et al. Characterization of resistant hypertension: Association between resistant hypertension, Aldosterone, and persistent intravascular volume expansion. Arch Intern Med 2008; 168: 1159 - 64.

4. Molerio Pérez O, Pérez de Armas A. Importancia del diagnóstico certero de la hipertensión esencial: la hipertensión de bata blanca. Rev Cubana Med 2003;42(5). Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/med/vol42_5_03espe/med08503.htm [Consultado: 16 de julio de 2009].

5. Roth C, Ferbert A. Posterior reversible encephalopathy syndrome: Is there a difference between pregnant and non-pregnant patients? Eur Neurol 2009;62:142-8.

