



Nombre de alumno: Rosio Vázquez
Morales

Nombre del profesor: E.E.C.C. Marcos
Jhodany Arguello Gálvez

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico
Guía De práctica Clínica

Materia: Práctica Clínica De Enfermería I

Grado: Sexto Cuatrimestre

Grupo: "A"

GUÍA DE PRÁCTICA CLÍNICA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Hipertensión arterial

Es una enfermedad frecuente que afecta a un tercio de la población adulta. **Hipertensión arterial sistémica** Es un síndrome de etiología múltiple caracterizado por la elevación persistente de las cifras de presión arterial.

Objetivos

1. Identificar y controlar los factores de riesgo para el desarrollo de la hipertensión arterial.
2. Sistematizar los criterios para el diagnóstico de la hipertensión arterial en el primer nivel de atención.
3. Proporcionar tratamiento farmacológico y no farmacológico oportuno a las condiciones del paciente hipertenso en el primer nivel de atención.
4. Establecer los criterios de referencia del paciente hipertenso al segundo nivel de atención.

Tipos

La tensión arterial tiene dos componentes

Tensión sistólica

Es el número más alto. Representa la tensión que genera el corazón cuando bombea la sangre al resto del cuerpo.

Tensión diastólica

Es el número más bajo. Se refiere a la presión en los vasos sanguíneos entre los latidos del corazón.

La tensión arterial alta se clasifica como

- Normal: de 120/80 a 129/84 mmHg
- Normal alta: de 130/80 a 139/89 mmHg
- Estadio 1 de hipertensión: de 140/90 a 159/99 mmHg
- Estadio 2 de hipertensión: de 160/100 a 179/109 mmHg
- Estadio 3 de hipertensión: mayor de 179/109 mmHg

Manejo de la hipertensión arterial

Dieta y ejercicio

Además de tomar el medicamento

para ayudar a controlar

- Reducir la cantidad de sodio (sal) que consume
- Reducir la cantidad de alcohol que toma
- Consumir una dieta saludable para el corazón
- Tomar mucha agua
- Permanecer en un peso corporal saludable
- Hacer ejercicio de manera regular
- Reducir el estrés

GUÍA DE PRÁCTICA CLÍNICA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Tratamiento

El tratamiento de inicio en pacientes con HAS

Comprende (fármacos de primera línea)

- 1) Diuréticos tiazídicos (o clortalidona),
- 2) Beta-bloqueadores
- 3) IECA (Inhibidores de la Enzima Convertidora de Angiotensina)
- 4) ARA-II (Antagonistas de los Receptores de Angiotensina II)
- 5) Calcio-antagonista de acción prolongada.

Segunda línea

constituyen la combinación de 2 o más fármacos de la primera línea

Prevención primaria

Promoción a la salud

Estilos de vida

- ❖ Se recomienda aconsejar a las personas mantener un índice de masa corporal entre 18.5 y 24.9 kg/m²
- ❖ Estudios epidemiológicos sugieren que la actividad física aeróbica
- ❖ El manejo del estrés se considera una intervención benéfica
- ❖ Para el manejo del estrés se recomienda terapias conductuales acompañadas de técnicas de relajación
- ❖ Se recomienda un plan de alimentación con consumo alto de frutas y vegetales, así como con ingesta baja de grasas saturadas.
- ❖ Existe una relación entre el hábito tabáquico y la elevación de la presión arterial
- ❖ Sugerir al paciente, disminuir el consumo excesivo de café y otros productos con alto contenido en cafeína

Prevención secundaria

Factores de riesgo

- ❖ El Riesgo Cardio-Vascular (RCV) consiste en la suma de múltiples factores que comprenden
- ❖ La determinación del RCV de forma temprana permite la identificación de daño a órgano blanco
- ❖ La evaluación de Daño a Órgano Blanco (DOB) se establece a nivel renal, con:
 - ♥ Identificación de microalbuminuria 30-300 mg/dl en el examen general de orina.
 - ♥ Tasa de filtración glomerular (calculado): 30-60 ml/min
- ❖ Se recomienda realizar exploración neurológica para identificar probable daño a órgano blanco (cerebro).
- ❖ Se recomienda realizar examen de agudeza visual (tabla de Snellen), así como exploración de fondo de ojo para identificar retinopatía.
- ❖ Se recomienda estimar el riesgo RCV en pacientes adultos.

(Diagnóstico y Tratamiento de la HIPERTENSIÓN ARTERIAL en el Primer Nivel de Atención, 2020)

Bibliografía

Diagnóstico y Tratamiento de la HIPERTENSIÓN ARTERIAL en el Primer Nivel de Atención. (2020). En G. D. GPC,
Diagnóstico y Tratamiento de la HIPERTENSIÓN ARTERIAL en el Primer Nivel de Atención (págs. 1-77).