



**PRESENTA EL ALUMNO:**

Carla Yazmin Hernández Espinoza

**GRUPO, CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:**

6to. CUATRIMESTRE "A" LA LICENCIATURA EN ENFERMERIA ESCOLARIZADO

**DOCENTE:**

Marcos Jhodany Arguello Gálvez

**MATERIA:**

Practica de Enfermería Clínica

**TRABAJO:**

Cuadro sinóptico

**FECHA DE ENTREGA:**

23 de julio de 2020



# HIPERTENSION ARTERIAL

## ¿QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL?

La hipertensión arterial sistémica es un síndrome de etiología múltiple caracterizado por la elevación persistente de las cifras de presión arterial a cifras  $\geq 140/90$  ml/Hg.

## ¿MANEJO DE HIPERTENSION ARTERIAL?

- ❖ La historia clínica y la exploración física en todos los pacientes candidatos de escrutinio preventivo logran la detección oportuna de hipertensión arterial
- ❖ Con los antecedentes familiares del historial clínico puede investigarse la predisposición de hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
- ❖ Por medio de la anamnesis y exploración física en el consultorio se logra hacer el diagnóstico clínico de la enfermedad
- ❖ Aconsejar al paciente la reducción de sal en la dieta diaria familiar.
- ❖ Proponer al paciente, realizar cambios en su estilo de vida
- ❖ Se recomienda aconsejar a las personas mantener un índice de masa corporal entre 18.5 y 24.9 kg/m<sup>2</sup>, para prevenir el riesgo de hipertensión arterial sistémica.

## ¿CLASIFICACION DE LA HIPERTENSION ARTERIAL?

➤ <b>Optima</b>	<120 y <80
➤ <b>Normal</b>	<130 y < 85
➤ <b>Normal—Alta</b>	130-139 / 85-89
➤ <b>Grado I</b>	140-159 / 90-99

## PREVENCION PRIMARIA

- ❖ Se recomienda un plan de alimentación con consumo alto de frutas y vegetales, así como con ingesta baja de grasas saturadas.
- ❖ la actividad física aeróbica puede ser benéfica para la prevención y tratamiento de la hipertensión arterial.
- ❖ Para el manejo del estrés se recomienda terapias conductuales acompañadas de técnicas de relajación.
- ❖ Aconsejar al paciente la suspensión del hábito tabáquico y ofrecer su integración a grupos de apoyo.
- ❖ Sugerir al paciente, disminuir el consumo excesivo de café y otros productos con alto contenido en cafeína.
- ❖ Existe una asociación entre la hipertensión arterial y el excedente de peso.

## PREVENCIÓN SECUNDARIA

- ❖ Se recomienda realizar exploración neurológica para identificar probable daño a órgano blanco (cerebro).
- ❖ La determinación del RCV de forma temprana permite la identificación de daño a órgano blanco
- ❖ antecedentes heredofamiliares y personales
- ❖ La determinación de niveles de perfil de lípidos
- ❖ La determinación de glucosa

## TRATAMIENTO

### TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO

- ❖ Diuréticos tiazídicos
- ❖ beta-bloqueadores
- ❖ IECA
- ❖ ARA
- ❖ Calcio-antagonista de acción prolongada.

### TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO

- ❖ Los cambios en el estilo de vida son la piedra angular en el tratamiento de la HAS.
- ❖ Aconsejar al paciente un consumo de sal de 5-6 gramos por día y reducir a 3 gramos por día
- ❖ Es recomendable implementar políticas de salud que incluyan la participación y responsabilidad social de la industria alimentaria
- ❖ En pacientes hipertensos se recomienda reducción de peso corporal para lograr un IMC de 25 Kg/m. 2
- ❖ Una dieta rica en frutas y verduras, baja en grasas saturadas y totales
- ❖ Se recomienda 4 a 5 frutas por día