

**Nombre de alumna: Fabiola Verenice  
Gómez Alvarez**

**Nombre del profesor: Marcos Jhodany  
Arguello Gálvez**

**Nombre del trabajo: ⬇️ Hipertensión arterial**

**Materia: Practica clínica de enfermería**

**Grado: 6°**

**Grupo: “B”**

# Hipertensión arterial

## Descripción

Enfermedad crónica en la que aumenta la presión con la que el corazón bombea sangre a las arterias, para que circule por todo el cuerpo

El sobrepeso y la obesidad pueden aumentar la presión arterial, sube los niveles de glucosa en la sangre, colesterol, triglicéridos y ácido úrico, lo que dificulta que la sangre fluya por el organismo

## Clasificación

### ➤ HTA grado I

Puede señalarse con las cifras de 140-159 mmHg y/o 90-99 mmHg, también se le puede dar el nombre de hipertensión ligera

### ➤ HTA grado II

Es cuando se localizan cifras de 160-179 y/o 100-109 mmHg. Igualmente, se le conoce como hipertensión

### ➤ HTA grado III

Pueden sobrepasar los 180-110 mmHg, aquí existe una hipertensión severa

### ➤ HTA Sistólica aislada

La presión arterial sistólica es mayor o pudiendo ser además igual a 140 mmHg y la presión arterial diastólica es menor 90 mmHg

## Prevención

Es una enfermedad prevenible si se adopta un estilo de vida saludable, en el cual se limite la cantidad de sal en alimentos y se aumente el potasio

- Hacer ejercicio de forma regular también ayuda a mantener un peso saludable y, por ende, a tener una buena presión arterial
- Reducir el consumo de alcohol y de tabaco, y apoyarse en técnicas de relajación para controlar los niveles de estrés excesivo

## Tratamiento no farmacológico

Son la dieta, el ejercicio y el abandono del tabaco

## Tratamiento farmacológico

Los diuréticos son fármacos utilizados desde hace muchos años en el tratamiento de la hipertensión arterial

## Bibliografía

(s.f.). Obtenido de guía de practica clinica hipertension arterial :

[http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/076-GCP\\_\\_HipertArterial1NA/HIPERTENSION\\_EVR\\_CENETEC.pdf](http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/076-GCP__HipertArterial1NA/HIPERTENSION_EVR_CENETEC.pdf)