

**MAPA CONCEPTUAL  
HIPERTENSIÓN ARTERIAL.**

**PATOLOGÍA DEL ADULTO.**

**DRA;CYNDY LIZBETH DE LOS SANTOS CANDELARIA.**

**PRESENTA EL ALUMNO:  
VILGA MARTINA PÉREZ SALAS.**

**GRUPO, SEMESTRE Y MODALIDAD:**

**6TO. CUATRIMESTRE "B" ENFERMERÍA SEMIESCOLARIZADO.**

**FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS**

**16 MAYO 2020.**

# HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

Síndrome de etiología múltiple caracterizada por la evaluación persistente de las cifras de presión arterial.

## Clasificación

Optima;  
sistólica < 120 (mm Hg)  
Diastólica < 80 (mm Hg)

Normal; sistólica 120-129 (mm Hg)  
diastólica 80-84 (mm Hg).

Normal alta  
sistólica 130-139 (mm Hg)  
diastólica 85-89 (mm Hg).

Hipertensión grado 1; sistólica 140-159 (mm Hg)  
diastólica 90-99 (mm Hg)

Hipertensión grado 2.;  
Sistólica 160-179 (mm Hg)  
diastólica 100-109 (mm Hg).

Hipertensión grado 3; Sistólica  $\geq 180$  (mm Hg)  
Diastólica  $\geq 110$  (mm Hg).

Hipertensión sistólica aislada ;  
sistólica  $\geq 140$  (mm Hg)  
Diastólica  $> 90$

## Prevención secundaria.

Se recomienda realizar exploración neurológica para identificar probable daño a órgano blanco (cerebro)

Se recomienda Estimar el riesgo RCV en pacientes adultos.

Se recomienda Realizar examen de agudez visual así como exploración de fondo de ojo para identificar retinopatía.

## Técnica de toma de presión

Paciente debe de estar relajado con el brazo apoyado y descubierto.

El brazalete se colocara a la altura del corazón y el diafragma del estetoscopio sobre la arteria humeral.

## Prevención primaria.

Mantener un índice de masa corporal entre de 18.5 y 24,9 kg/m<sup>2</sup>,

Reducción de sal en la dieta diaria familiar.

Plan de alimentación con consumo de alto de frutas y vegetales.

Manejo del estrés, terapias conductuales acompañadas a técnicas de relación.

Suspensión del habito tabáquico y ofrecer su integración a grupos de apoyo.

Disminuir el consumo excesivo de café y otros productos con alto contenido en cafeína.