

HIPERTENSION ARTERIAL

PATOLOGIA EN EL ADULTO

DOC. CYNDY DE LOS SANTOS CANDELARIA

Presenta el alumno:

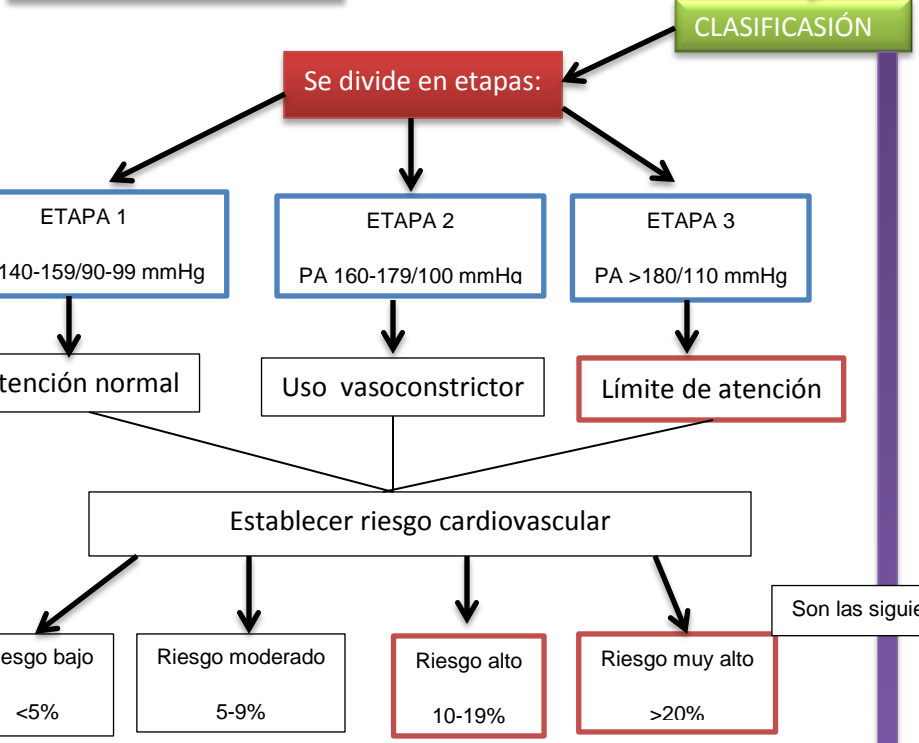
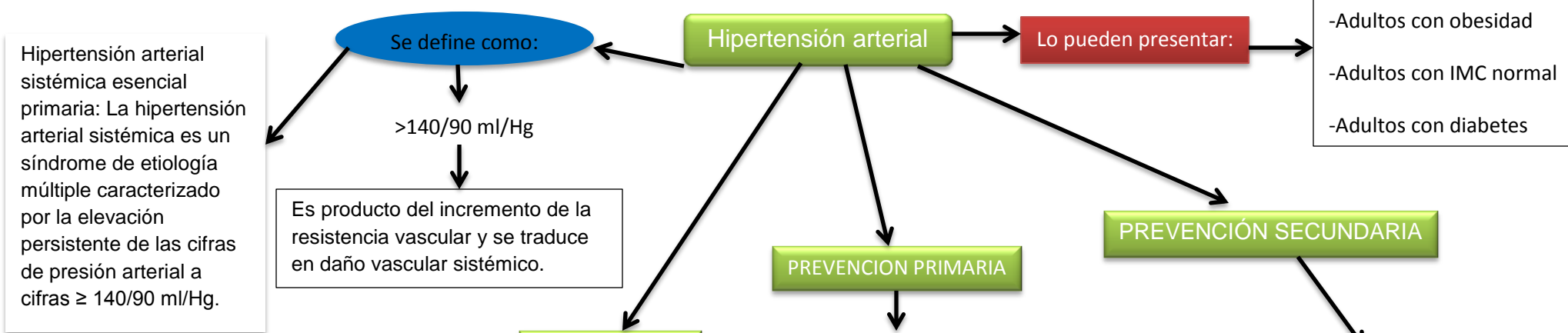
Ana Virginia Méndez sontay

Semestre, grupo y modalidad:

6 to. Cutrimestre "B" Lic. En enfermería semiescolarizado

Frontera Comalapa, Chiapas

15 de mayo de 2020.



-Existe una asociación entre la hipertensión arterial y el excedente de peso.

-Se recomienda aconsejar a las personas mantener un índice de masa corporal entre 18.5 y 24.9 kg/m², para prevenir el riesgo de hipertensión arterial sistémica.

-El estrés podría contribuir a la elevación de la presión arterial: se recomienda terapias conductuales acompañadas de técnicas de relajación.

-Se recomienda un plan de alimentación con consumo alto de frutas y vegetales

-Aconsejar al paciente la suspensión del hábito tabáquico y ofrecer su integración a grupos de apoyo.

-Proponer al paciente, realizar cambios en su estilo de vida, dado que la suma de varias intervenciones reduce la presión sistólica 10 mm Hg o más, aproximadamente.

-El Riesgo Cardio-Vascular (RCV) consiste en la suma de múltiples factores que comprenden: antecedentes heredo-familiares y personales, así como factores que pueden determinarse a través del interrogatorio, la exploración física y pruebas específicas de laboratorio y gabinete.

-La determinación del RCV de forma temprana permite la identificación de daño a órgano blanco, así como el establecimiento de las estrategias de tratamiento.

- Identificación de microalbuminuria 30-300 mg/dl en el examen general de orina.

-La determinación de glucosa, así como la prueba de tolerancia a la glucosa como riesgo

MENCIÓN DE LA TÉCNICA DE LA TOMA DE PRESIÓN ARTERIAL:

-El diagnóstico se establece tras dos mediciones de la presión arterial por consulta en al menos dos citas continuas.

-Con los antecedentes familiares del historial clínico puede investigarse la predisposición de hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

-La palpación del pulso en reposo determina el ritmo cardiaco y permite identificar arritmias, especialmente fibrilación auricular.

-Es preferible que las determinaciones de la presión arterial en las unidades de salud se realicen por personal de enfermería capacitado (Cuadro IV).

Categoría	Sistólica mmHg.	Diastólica mmHg.
Óptima	< 120	< 80
Presión arterial normal	120 a 129	80 a 84
Presión arterial fronteriza*	130 a 139	85 a 89
Hipertensión 1	140 a 159	90 a 99
Hipertensión 2	160 a 179	100 a 109
Hipertensión 3	≥ 180	≥ 110
Hipertensión sistólica aislada	≥ 140	< 90