

(MAPA CONCEPTUAL)

(Hipertensión Arterial)

(Cindy De Los Santos Candelaria)

PRESENTA EL ALUMNO: (YUDIEL MENDEZ VAZQUEZ)

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD: (GRUPO B, 6 CUATRIMESTRE,
SEMIESCOLARISADO)**

Lugar: FRONTERA COMALAPA CHIAPAS

Fecha: 27 DE JUNIO DEL 2020

Hipertensión Arterial

Es
Un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos, La tensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes **de** los vasos (arterias) al ser bombeada por el corazón

Prevención primaria

La
Hipertensión arterial puede ser prevenida; en caso contrario, es posible retardar su aparición

Son
El control de peso, la actividad física practicada de manera regular; la reducción del consumo de alcohol y de sal, la ingestión adecuada de potasio y una alimentación

Tratamiento

El
Tratamiento tiene como propósito evitar el avance de la enfermedad, prevenir las complicaciones agudas y crónicas,

Prevención secundaria

Son
Las medidas de intervención

Es
Reducir el impacto del factor de riesgo (HTA) una vez desarrollado, por medio de la detección precoz y su tratamiento. Por ello las estrategias de prevención secundaria deben de estar dirigidas hacia poblaciones de riesgo, en las cuales la intervención aporte más beneficios, siendo estas la HTA moderada y la severa

Técnica de toma de la TA

Para
Medir la tensión arterial se tienen en cuenta dos valores, la diástole y la sístole

Es
Tomarla tras cinco minutos de reposo por lo menos, La persona debe estar relajada y no tener prisa, Tampoco debe haber comido, bebido sustancias excitantes (café, té) ni fumado durante la media hora previa a la medición.

Clasificación

Lo siguiente
Es el manguito debe de estar en contacto con la piel, así que el paciente deberá remangarse la camisa. Si es invierno y se llevan muchas capas de ropa, será mejor que se las quite porque si se remangan diferentes prendas a la vez se puede crear un anillo que constriña la zona.

Categoría	Sistólica mmHg.	Diastólica mmHg.
Optima	< 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