



**Universidad del Sureste**  
**Escuela de Medicina**

**Nombre de alumno:**  
**Gordillo López Eric Roberto**

**Nombre del profesor:**  
**PACHECO BALLINAS RODRIGO**

**Nombre del trabajo:**

**Materia:**

**TERAPEUTICA FARMACOLOGICA**

**Grado: 4 Grupo: "A"**

Comitán de Domínguez Chiapas a 27 de junio del 2021.

## ANTIHIPERTENSIVOS

El tratamiento antihipertensivo combinado con dos o más fármacos es imprescindible en más del 60% de los pacientes hipertensos para lograr los objetivos terapéuticos. para indicar el uso de más de un fármaco desde el inicio del tratamiento en las siguientes situaciones:

- Pacientes con HTA grado 2 (presión arterial >160/100 mm Hg), particularmente aquellos con elevado riesgo arterial y cardiovascular.
- Pacientes hipertensos y diabéticos que presentan registros iniciales de presión arterial 20/10 mm Hg para sistólica y/o diastólica, respectivamente, por encima del objetivo terapéutico.
- Pacientes hipertensos y diabéticos y/o con enfermedad renal crónica y proteinuria podrían beneficiarse con la asociación de fármacos desde el inicio del tratamiento, teniendo en cuenta para estos casos que uno de los fármacos participe de la combinación debe actuar bloqueando el sistema renina-angiotensina-aldosterona.

### COMBINACIONES FARMACOLOGICAS

- IECA o ARA II + diurético en dosis bajas (hidroclorotiazida, clortalidona o indapamida).
- IECA o ARA II + antagonista cálcico dihidropiridínico de acción prolongada.
- Diurético tiazídico + diurético ahorrador de potasio.
- La combinación de IECA y antagonistas cálcicos demostró además beneficios en el control del riesgo CV, en comparación con la asociación de IECA y diuréticos.

Con respecto a la combinación de IECA y ARA II, la única recomendación actual –y en discusión– es en ciertos pacientes con nefropatía y proteinuria persistente a pesar del tratamiento adecuado con uno de los fármacos que inhiben el eje renina-angiotensina-aldosterona, y debido a los efectos indeseables posibles, debe ser manejado con cautela y por especialistas con la debida experiencia.

### MEDIDAS HIGIENICO DIETETICAS

La dieta DASH te incentiva a disminuir el sodio en tu dieta y a incorporar una variedad de alimentos ricos en nutrientes que ayudan a bajar la presión arterial, como el potasio, el calcio y el magnesio.

*Dieta DASH estándar. Puedes consumir hasta 2300 miligramos (mg) de sodio al día.*

*Dieta DASH baja en sodio. Puedes consumir hasta 1500 mg de sodio al día.*

**Granos: 6 a 8 porciones al día**

Los granos incluyen pan, cereales, arroz y pasta. Ejemplos de una porción de granos incluyen 1 rebanada de pan de trigo integral, 1 onza de cereal seco, o 1/2 taza de cereal cocido, arroz o pasta.

**Verduras: 4 a 5 porciones al día**

Los tomates, las zanahorias, el brócoli, las batatas, las verduras y otras verduras están llenos de fibra, vitaminas y minerales como el potasio y el magnesio. Ejemplos de una porción incluyen 1 taza de verduras de hoja verde crudas o 1/2 taza de verduras crudas o cocidas cortadas.

**Frutas: 4 a 5 porciones al día**

Muchas frutas necesitan poca preparación para convertirse en una parte saludable de una comida o merienda. Al igual que las verduras, están llenas de fibra, potasio y magnesio y son típicamente bajas en grasa (los cocos son una excepción).

Ejemplos de una porción incluyen una fruta mediana; 1/2 taza de fruta fresca, congelada o enlatada; o 4 onzas (113 gramos) de jugo.

**Carne magra, aves y pescado: 6 porciones de 1 onza (28 gramos) o menos al día**

La carne puede ser una fuente rica en proteínas, vitaminas B, hierro y cinc. Elige variedades magras y apunta a no más de 6 porciones de 1 onza (28 gramos) al día. Reducir tu porción de carne te dará espacio para más verduras.

Ejemplos de una porción incluyen 1 huevo o 1 onza (28 gramos) de carne, aves o pescado cocidos.

***Ficha bibliográfica***

*Autor:* María Soledad Rodríguez, Roberto L. Parodi, Jorge Carbó.

*Título del artículo:* TRATAMIENTO COMBINADO

*Título de la publicación:* Tratamiento de la HTA

*Fecha de publicación:* 4/ 28 / 2019

*Páginas:* 73 - 75

***Ficha bibliográfica***

*Autor:* Sheldon G. Sheps, M. D.

*Título del artículo:* Dieta DASH

*Título de la publicación:* alimentación saludable para disminuir la presión arterial

*Fecha de publicación:* May 08, 2019

*Páginas:* 4 - 6