

NUTRICIÓN

TEMA: SUPERNOTA DE HIPERTENSION ARTERIAL

DOCENTE:

Dra. Katia Paola Martinez Lopez

ALUMNA:

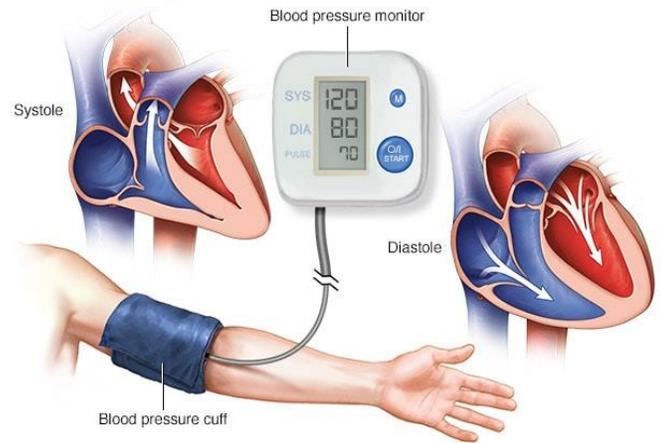
Ingrid Renata López Fino

MEDICINA HUMANA

3° SEMESTRE

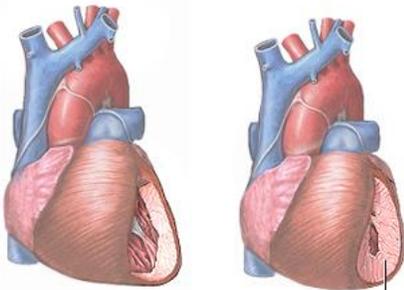
HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La hipertensión arterial es una 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.



Corazón normal

Corazón hipertensivo



Engrosamiento de las paredes de los ventrículos

ADAM.

EXISTEN DOS TIPOS DE PRESIÓN ARTERIAL ALTA:

- Hipertensión primaria (esencial)
- Hipertensión secundaria

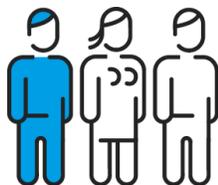
EPIDEMIOLOGIA

- La hipertensión afecta entre el 20 y 40% de la población adulta
- Uno de cada cuatro adultos en México padece hipertensión arterial



LA HIPERTENSIÓN AFECTA A UN TERCIO DE LA POBLACIÓN MUNDIAL DE MÁS DE 18 AÑOS

1/3



MANIFESTACIONES CLINICAS

La mayoría de las personas con presión arterial alta no tienen signos ni síntomas, incluso si las lecturas de presión arterial alcanzan niveles peligrosamente elevados

MANIFESTACIONES CLINICAS:

- Algunas personas presentan:
- Dolor de cabeza
- Visión borrosa
- Mareo
- Zumbido de oídos
- Dificultad para respirar o sangrado nasal
- Nerviosismo y cansancio

SÍNTOMAS DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

- 1 DOLOR DE CABEZA
- 2 DIFICULTAD RESPIRATORIA
- 3 SANGRADO DE NARIZ
- 4 MAREOS Y FATIGA
- 5 CAMBIOS EN LA VISIÓN

FACTORES DE RIESGO DE HIPERTENSIÓN



FACTORES DE RIESGO

- Edad (64 años en adelante)
- Raza (africana)
- Antecedentes familiares
- Sobrepeso u obesidad
- Falta de actividad física
- Consumo de tabaco
- Alto contenido de sal (sodio) en tu dieta.
- Cantidad insuficiente de potasio en tu dieta.
- Consumo excesivo de alcohol
- Estrés
- Ciertas enfermedades crónicas

DIAGNOSTICO

- Control de la presión arterial en el hogar
- Monitoreo ambulatorio.
- Análisis de laboratorio
- Electrocardiograma (ECG)
- Ecocardiograma

CLASIFICACIÓN DE HIPERTENSIÓN AHA 2017

	SISTÓLICA mmHg		DIASTÓLICA mmHg	RECOMENDACIONES
NORMAL	<120	y	<80	Educación del paciente, chequeo anual.
ELEVADA	120 - 129	y	<80	Cambios en el estilo de vida, seguimiento en 3-6 meses.
ALTA Hipertensión Grado 1	130 - 139	o	80 - 89	Cambios en el estilo de vida, 1 antihipertensivo, seguimiento mensual hasta control de la presión.
ALTA Hipertensión Grado 2	≥140	o	≥90	Cambios en el estilo de vida, 2 antihipertensivos, seguimiento mensual hasta control de la presión.
CRISIS HIPERTENSIVA	>180	y/o	>120	URGENCIA Y EMERGENCIA

TRATAMIENTO

- Seguir una dieta saludable para el corazón con menos sal
- Hacer actividad física con regularidad
- Mantener un peso saludable o bajar de peso, si tienes sobrepeso u obesidad
- Limitar la cantidad de alcohol que bebes
- No obstante, a veces, los cambios en el estilo de vida no son suficientes. Si la dieta y el ejercicio no ayudan, tu médico puede recomendarte medicamentos para bajar la presión arterial.

FARMACOS

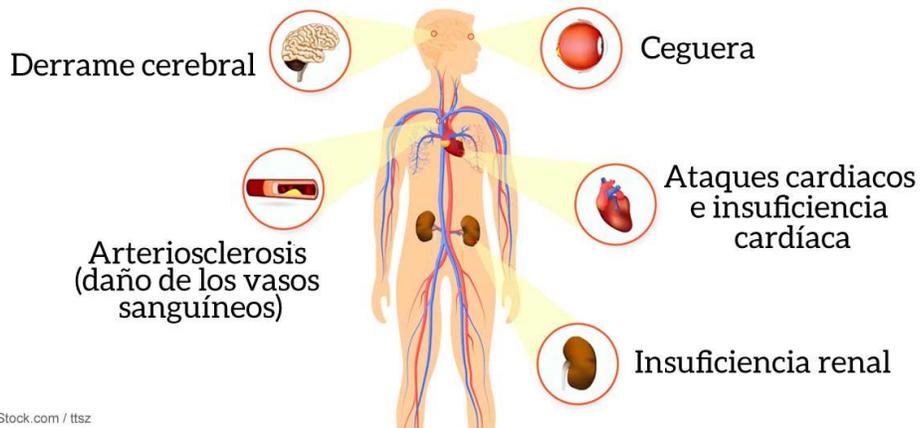
- Diuréticos
- Inhibidores de la enzima convertidora de la angiotensina (ECA).
- Antagonistas de receptores de la angiotensina II
- Bloqueadores de los canales de calcio



PRONOSTICO

La hipertensión arterial no tratada aumenta el riesgo de que el paciente desarrolle una enfermedad cardíaca (como insuficiencia cardíaca, infarto de miocardio o muerte súbita de origen cardíaco), insuficiencia renal o un accidente cerebrovascular a una edad temprana.

HIPERTENSIÓN



PRONOSTICO

Si se tienen hábitos de vida saludables (alimentación baja en sal, realización de ejercicio unos 30 minutos al día, no se fuma, no se tiene sobrepeso) y se toma la medicación habitualmente para conseguir disminuir las cifras de presión arterial por debajo de 140/90 mmHG, el pronóstico es bueno porque se reduce el riesgo de padecer complicaciones cardiovasculares.



BIBLIOGRAFIA

- Hipertensión Arterial <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/hipertension-arterial/evolucion-de-la-enfermedad>
- Hipertensión arterial un problema de salud pública en México <https://www.insp.mx/avisos/5398-hipertension-arterial-problema-salud-publica.html>
- Hipertensión <https://www.paho.org/es/temas/hipertension>
- Hipertensión Arterial <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/adulto/descargas/pdf/GuiaPacientesHTA.pdf>
- Presión arterial alta (hipertensión) <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410>
- Hipertensión Arterial <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/hipertension-arterial#:~:text=La%20hipertensi%C3%B3n%20arterial%20es%20una,cirule%20por%20todo%20el%20cuerpo.>