



Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Sonia Araceli Huacash Méndez

Nombre del tema: hipertensión arterial sistémica

Parcial 3

Nombre de la Materia: salud pública

Nombre del profesor: Dr. Cristóbal Eduardo Porras Ramos

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

INTRODUCCIÓN

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.

El sobrepeso y la obesidad pueden aumentar la presión arterial, sube los niveles de glucosa en la sangre, colesterol, triglicéridos y ácido úrico, lo que dificulta que la sangre fluya por el organismo.

En este trabajo se mencionará lo que es la hipertensión arterial sistémica (HAS) con sus síntomas, diagnóstico, tratamiento y el impacto que aún tiene en la salud pública ya que aún es una de las enfermedades que afecta a la población y que aún no se llega a eliminar por la falta de información en algunos casos, también la importancia de indagar más a fondo y el cómo se puede llevar más información a los lugares que no cuentan con ello para detectarse a tiempo

DESARROLLO

Enfermedad crónica, controlable. Afección en la que la presión de la sangre hacia las paredes de la arteria es demasiado alta. Generalmente se define como la presión arterial por encima de 140/90 y se considera grave cuando esta por encima de 180/120

En algunos casos no presenta síntomas. Si no se trata con el tiempo puede provocar trastornos de salud, como enfermedades cardíacas y derrames cerebrales

SÍNTOMAS

Específicos

- ♥ Cefalea matutina
- ♥ Hemorragias nasales
- ♥ Ritmo cardíaco irregular
- ♥ Alteraciones visuales y acufenos

Inespecíficos

- ✓ Fatiga
- ✓ Nauseas
- ✓ Vómitos
- ✓ Confusión
- ✓ Ansiedad
- ✓ Dolor torácico
- ✓ Temblores musculares

Presión arterial normal: La presión arterial es 120/80 mm Hg o inferior.

Presión arterial alta: El valor máximo se sitúa de 120 a 129 mm Hg y el valor mínimo está por debajo (no por encima) de 80 mm Hg.

Hipertensión de etapa 1: El valor máximo va de 130 a 139 mm Hg y el valor mínimo está entre 80 y 89 mm Hg.

Hipertensión de etapa 2: El valor máximo es de 140 mm Hg o superior y el valor mínimo es de 90 mm Hg o superior.

La presión arterial superior a 180/120 mm Hg se considera crisis hipertensiva o crisis. Busca atención médica de emergencia si alguien tiene estos valores de presión arterial.

FACTORES DE RIESGO

- Edad
- Raza
- Antecedentes familiares
- Obesidad o sobrepeso
- Falta de ejercicio
- Consumo de tabaco
- Consumo excesivo de alcohol
- Consumo excesivo de sal
- Afecciones crónicas

COMPLICACIONES

- ⊗ Ataque cardíaco o accidente cerebrovascular. El endurecimiento y el engrosamiento de las arterias debido a la presión arterial alta
- ⊗ Aneurisma
- ⊗ Insuficiencia cardíaca. Cuando la presión arterial es alta, el corazón tiene que trabajar más para bombear la sangre.
- ⊗ Problemas renales. La presión arterial alta puede provocar el estrechamiento o debilitamiento de los Problemas oculares. El aumento de la presión arterial puede provocar el engrosamiento, el estrechamiento o la rotura de los vasos sanguíneos de los ojos
- ⊗ vasos sanguíneos de los riñones.
- ⊗ Síndrome metabólico. Este síndrome consiste en un conjunto de trastornos del metabolismo. Consiste en la descomposición irregular del azúcar, también denominado glucosa.

PREVENCIÓN PRIMARIA

- ♥ Promoción a la salud
- ♥ Promover la buena alimentación
- ♥ Control de presión arterial (comidas bajas en sal y en grasas)

- ♥ Promover la actividad física
- ♥ Mejorar hábitos y estilo de vida
- ♥ Prevenir situaciones de estrés
- ♥ Chequeo anual

PREVENCIÓN SECUNDARIA

Diagnostico precoz:

- Historial clínico: antecedentes familiares
- Control periódico de la presión arterial en consultorios médicos
- MAPA
- MDPA
- Análisis de sangre y orina

Tratamiento oportuno

No farmacológico

- Restricción de sal en la dieta
- Pérdida de peso/ ejercicio
- Dieta DASH: es rico en verduras, frutas, productos lácteos bajos en grasa, cereales integrales, carnes rojas etc.

Farmacológico

Antihipertensivo: diurético de tipo tiazida, bloqueadores de los canales de calcio de acción prolongada, inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina y bloqueadores del receptor angiotensina II

PREVENCIÓN TERCIARIA

Rehabilitación

- Proporcionar información al paciente sobre las asociaciones de hipertensos
- Realizar terapia física y ejercicio
- Vincular a un grupo comunitario evitando el aislamiento por parte del paciente

IMPACTO EN SALUD PUBLICA

Considerada aun un problema de salud publica ya que es una enfermedad crónica que no da síntomas en algunos casos lo que hace que se dificulte el diagnostico y las personas crean que no lo tiene, mas aun por que en muchos lugares no se cuenta con una buena información sobre el tema o la atención primaria esta fallando

CONCLUSIÓN

Esta enfermedad es de suma importancia a nivel salud publica ya que como se mencionaba con anterioridad aun no se a eliminado y aun se tiene a la mira como una de las más importantes a tratar, esta enfermedad en algunas ocasiones se puede prevenir o en su caso se puede diagnosticar antes de que sea mas tarde y es en ese momento en donde debe de dar más información a la población, quizá ya se cuenta con una información buena, con estrategias y demás pero en muchas ocasiones esta información no a llegado en muchas comunidades, es por eso la importancia de seguir buscando nuevas estrategias de trabajo para llegar a esos puntos en donde no se encuentra mucha información o donde no existen muchas formas de comunicación.

BIBLIOGRAFÍA

mayo clinic. (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2023, de mayo clinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410>

Javier, P. E. O. (s. f.). Acceso a las acciones de prevención y control de la hipertensión arterial: una responsabilidad compartida. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-03192013000200005

(s.f.). Obtenido de <https://prezi.com/fgbob9azbgwl/historia-natural-de-la-hipertension-arterial/>

STUDUCO. (s.f.). Obtenido de <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-autonoma-benito-juarez-de-oaxaca/medicina-preventiva/hipertension-arterial/11511086>