



**Mi Universidad**

## **Súper Nota.**

*Nombre del Alumno: Yaneri Vázquez Torres.*

*Nombre del tema: HAS y Cardiopatías Sistémicas y Alteraciones de las Células Sanguíneas*

*Parcial: Primero*

*Nombre de la Materia: Enfermería del Adulto*

*Nombre del profesor: Jaime Heleria Cerón*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería General.*

*Cuatrimestre: Sexto*



***Pichucalco, Chiapas a 20 de Mayo de 2023.***

# HAS y Cardiopatías Sistémicas

## Hipertensión

Según la OMS la hipertensión, es un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una presión persistente alta, lo que puede dañarlos. Cada vez que el corazón late, bombea sangre a los vasos, que llevan la sangre a todas las partes del cuerpo.



## Factores de Riesgo

- Edad mayor de 65 años
- Sobrepeso u obesidad
- Sedentarismo
- Raza
- Factores psicosociales
- Peso al nacer
- Fármacos
- Ingesta de sal
- Alimentación y hábitos
- Consumo exagerado de alcohol
- Tabaquismo
- Suplementación de potasio
- Antecedentes genéticos



## Epidemiología

Cada año ocurren 1.6 millones de muertes por enfermedades cardiovasculares en la región de las Américas. Afecta entre el 20 y 40% de la población adulta de la región (alrededor de 250 millones de personas lo padecen).

## Tratamiento

### Primera Línea:

- Diuréticos tiazidicos (o clortalidona)
- Beta-bloqueadores
- IECA (Inhibidores de la Enzima Convertidor de Angiotensina)

## Patología

La hipertensión puede causar:

- Infarto al Miocardio
- Ensanchamiento del corazón
- Insuficiencia cardiaca



## Cuadro clínico

- La mayoría no presenta síntomas
- Cefalea
- Dificultad respiratoria
- Mareo
- Dolor torácico
- Palpitaciones
- Hemorragia nasal
- Zumbido de oídos
- Sensación de ver lucecitas (tinitus)
- Visión borrosa
- Dolor en el pecho
- Tobillos hinchados

## Prevención

- Mantener un peso corporal normal y reducirlo si es necesario.
- Tener una alimentación mas sana.
- Disminuir el consumo de sal a < 5gr por día
- Realizar actividad física regular de 15 a 45 minutos al día
- Limitar el consumo de alcohol
- Evitar el consumo de tabaco
- Evitar exposición al humo de segunda mano



## Bibliografía

Apuntes obtenidos en clase  
Antología institucional UDS

# Alteraciones en Células Sanguíneas

## Anemia

Se define como una disminución en la concentración de la hemoglobina.

La OMS ha establecido rangos de referencia normales dependiendo edad y sexo.

- < de 13 g/l en hombres
- < de 12 g/l en las mujeres

No aplica en niños ni en mujeres embarazadas



## Clasificación de grados de Anemia

Grado I: 10-13 mg/dl

Grado II: 8-9.9 mg/dl

Grado III: 6-7.9 mg/dl

Grado IV: < 6 mg/dl

## Clasificación por tipos de Anemia

- Anemia por deficiencia de vitamina B12
- Anemia por deficiencia de folato (ácido fólico)
- Anemia por deficiencia de hierro
- Anemia por enfermedad crónica
- Anemia hemolítica
- Anemia aplásica idiopática
- Anemia megaloblástica
- Anemia perniciosa

## Cuadro clínico

- Cansancio
- Palidez
- Fatiga muscular
- Palpitaciones y taquicardia
- Cefaleas y vértigo
- Insomnio
- Estreñimiento



## Factores de Riesgo

- Deficiencia de hierro

## Causas

- Deficiencia de hierro 50%
- Deficiencia de hematúricos
- Uso crónico de antiinflamatorios no esteroideos
- Menstruación (mujeres)
- Sangrado digestivos (hombres)



## Diagnostico

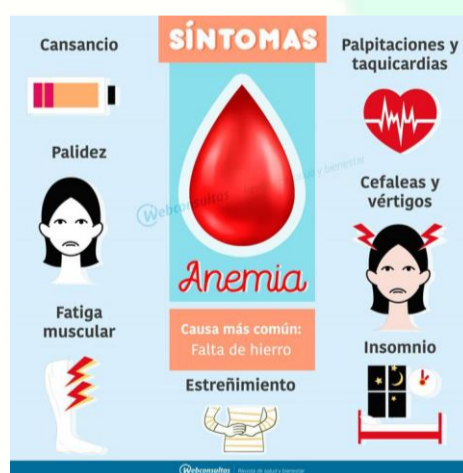
Biometría Hemática Completa

## Tratamiento

### Primera Línea:

Hierro oral, sulfato y gluconato ferroso, ácido ascórbico

❖ Dosis de hierro: 180 mg/día dividido en 3 dosis.



## Recomendaciones para el Adulto Mayor de 65 Años

- Asegurar un aporte de hierro suficiente a través de la alimentación.
- Evaluación odontológica semestral.
- Evitar el uso de antiinflamatorios no esteroideos.

## ALIMENTOS RICOS EN HIERRO



## Bibliografía

Apuntes obtenidos en clase  
Antología institucional UDS