



*UNIVERSIDAD DEL
SURESTE*

NOMBRE DE LA ALUMNA:

Nayeli Valencia Torres

DOCENTE:

Juana Inés Hernández López

LICENCIATURA:

Lic. Enfermería

ACTIVIDAD 2 PLATAFORMA

MATERIA:

Enfermería Gerontogerítrica.

CEDE:

Villahermosa, centro, Tabasco.

ASMA:

El asma es una enfermedad crónica que afecta a niños y adultos. Las vías que conducen el aire a los pulmones se estrechan debido a la inflamación y la compresión de los músculos que rodean las vías respiratorias finas.

SINTOMAS

1. Tos con o sin producción de esputo (flema)
2. Dificultad para respirar que empeora con el ejercicio o la actividad
3. Dolor o rigidez en el pecho.
4. Retracción de la piel entre las costillas al respirar
5. Silbidos o sibilancias cuando respira
6. Dificultad para dormir

DIAGNOSTICO Y PRUEBAS

En la atención médica se utilizará un estetoscopio para auscultar sus pulmones. Se pueden escuchar sibilancias u otros sonidos relacionados con el asma. El personal médico tomará su historial médico y preguntará acerca de sus síntomas.

- Pruebas de alergias: examen de la piel o de la sangre para ver si una persona con asma es alérgica a ciertas sustancias
- Radiografía de torax o tomografía computarizada del tórax: para examinar otras afecciones
- Pruebas de función pulmonar: incluso mediciones de flujo máximo

TIPOS DE ASMA

- **Asma Ocupacional**
- **Asma inducida por ejercicios**
- **Asma Alérgica**
- **Asma Difícil de Controlar.**
- **Asma Severa.**

TRATAMIENTO

Corticoides:

- Prednisone
- Dexametosona

Broncodilatadores:

- Salbutamol.

NIVELES DE ASMA

ASMA INTERMITENTE

Un niño que tiene síntomas de dificultad para respirar y ataques de tos no más de 2 días a la semana se considera que tiene asma intermitente; las crisis nocturnas ocurren dos veces al mes como máximo. Fuera de estos cuantos episodios, un niño con asma intermitente no padece los síntomas del asma.

Cualquier niño con síntomas de asma con mayor frecuencia que 2 días a la semana o 2 noche al mes, en promedio, se considera que ya no tiene asma intermitente sino asma persistente. El asma persistente tiene 3 niveles de gravedad.

ASMA PERSISTENTE LEVE

En el asma persistente leve, los síntomas ocurren más de dos veces por semana pero menos de una vez al día, y las crisis puede afectar la actividad. Las crisis nocturnas ocurren con mayor frecuencia que dos veces al mes pero menos de una vez a la semana. La función del pulmón es el 80% de lo normal o más.

ASMA PERSISTENTE MODERADA

El asma se clasifica como persistente moderada si los síntomas ocurren diariamente. Las crisis ocurren y generalmente duran varios días. La tos y la dificultad para respirar pueden interrumpir las actividades normales del niño y dificultar el sueño. Las crisis nocturnas pueden ocurrir más de una vez a la semana. En el asma persistente moderada, la función del pulmón está casi entre el 60% y 80% de lo normal, sin tratamiento..

ASMA PERSISTENTE SEVERA

En el asma persistente severa, los síntomas ocurren diariamente y con frecuencia. También restringen con frecuencia las actividades del niño o trastornan su sueño. La función del pulmón es menor del 60% del nivel normal sin tratamiento. El nivel severo de asma es el menos común.



NEUMONIA

La neumonía es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones. Los sacos aéreos se pueden llenar de líquido o pus (material purulento), lo que provoca tos con flema o pus, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar. Diversos microorganismos, como bacterias, virus y hongos, pueden provocar neumonía.

La neumonía puede variar en gravedad desde suave a potencialmente mortal. Es más grave en bebés y niños pequeños, personas mayores a 65 años, y personas con problemas de salud o sistemas inmunitarios debilitados.

SÍNTOMAS

Los signos y síntomas de la neumonía varían de moderados a graves y dependen de varios factores, como el tipo de germen que causó la infección, tu edad y tu salud en general. Los signos y síntomas moderados suelen ser similares a los de un resfrío o una gripe, pero duran más tiempo.

Los signos y síntomas de la neumonía pueden incluir lo siguiente:

- Dolor en el pecho al respirar o toser
- Desorientación o cambios de percepción mental (en adultos de 65 años o más)
- Tos que puede producir flema
- Fatiga
- Fiebre, transpiración y escalofríos con temblor
- Temperatura corporal más baja de lo normal (en adultos mayores de 65 años y personas con un sistema inmunitario débil)
- Náuseas, vómitos o diarrea
- Dificultad para respirar

Puede que los recién nacidos y bebés no muestren signos de estar sufriendo la infección. O bien, pueden vomitar, tener fiebre y tos, parecer inquietos o cansados y sin energía, o presentar dificultad para respirar y comer.

CAUSAS

Muchos gérmenes pueden causar neumonía. Los más comunes son las bacterias y los virus en el aire que respiramos. El cuerpo normalmente evita que estos gérmenes infecten los pulmones. Pero a veces estos gérmenes pueden dominar tu sistema inmunitario, incluso si tu salud es generalmente buena.

TIPOS

NEUMONÍA ADQUIRIDA EN LA COMUNIDAD: el contagio se ha producido fuera de un centro de salud u hospital.

NEUMONÍA INTRAHOSPITALARIA O NOSOCOMIAL: es la neumonía que afecta a los pacientes que se encuentran hospitalizados por otras patologías, a los familiares que los visitan o a los trabajadores sanitarios.

UNILATERAL: afecta a un único pulmón.

BILATERAL: es más común en las infecciones virales y afecta a los dos pulmones.

BRONCONEUMONÍA: es la más agresiva ya que, además de afectar a ambos pulmones, se extiende también hacia los bronquios.

FACTORES DE RIESGO

La neumonía puede afectar a cualquiera. Pero los dos grupos de edades que presentan el mayor riesgo de padecerla son los siguientes:

- Niños de 2 años de edad o menores
- Personas de 65 años de edad o mayores

Otros factores de riesgo incluyen los siguientes:

- **Estar hospitalizado.** Tienes un mayor riesgo de contraer neumonía si te encuentras en la unidad de cuidados intensivos de un hospital, especialmente, si estás conectado a una máquina que te ayuda a respirar (ventilador).
- **Enfermedad crónica.** Eres más propenso a contraer neumonía si tienes asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) o una enfermedad cardíaca.
- **Fumar.** El fumar daña las defensas naturales que tu cuerpo presenta contra las bacterias y los virus que causan neumonía.
- **Sistema inmunitario debilitado o suprimido.** Las personas que tienen VIH/SIDA, que se han sometido a un trasplante de órganos o que reciben quimioterapia o esteroides a largo plazo están en riesgo.

PREVENCION

Para contribuir a prevenir la neumonía:

- **Vacúnate.** Existen vacunas para prevenir algunos tipos de neumonía y la gripe. Habla con el médico sobre estas y otras vacunas. Las pautas de vacunación han cambiado con el tiempo; por lo tanto, asegúrate de revisar el estado de tus vacunas con tu médico incluso si recuerdas haberte vacunado anteriormente contra la neumonía.

- **Asegúrate de que los niños se vacunen.** Los médicos recomiendan una vacuna para la neumonía diferente para niños menores de 2 años y para niños de 2 a 5 años que son particularmente propensos a contraer la enfermedad neumocócica. Los niños que concurren a una guardería grupal también deben recibir la vacuna. Los médicos además recomiendan la vacuna contra la influenza para niños menores de 6 meses.
- **Practica una buena higiene.** Para protegerte de las infecciones respiratorias que a menudo derivan en neumonía, lávate las manos regularmente o usa un desinfectante para las manos a base de alcohol.
- **No fumes.** El tabaquismo daña las defensas naturales que protegen a tus pulmones de las infecciones respiratorias.
- **Mantén fuerte tu sistema inmunitario.** Duerme lo suficiente, ejercítate regularmente y lleva una dieta saludable.

BRONQUITIS

La bronquitis es una inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones. Las personas que tienen bronquitis suelen toser mucosidad espesa y, tal vez, decolorada. La bronquitis puede ser aguda o crónica.

La bronquitis aguda es muy frecuente y, a menudo, se produce a partir de un resfrío u otra infección respiratoria. La bronquitis crónica, enfermedad más grave, es una irritación o inflamación continua del revestimiento de los bronquios, en general, por fumar.

La bronquitis aguda, también conocida como «resfrío», suele mejorar a la semana o a los diez días sin efectos duraderos, aunque la tos puede permanecer durante semanas.

SÍNTOMAS

Los signos y síntomas de la bronquitis aguda y crónica pueden ser los siguientes:

- Tos
- Producción de mucosidad (esputo), que puede ser transparente, blanca, de color gris amarillento o verde —rara vez, puede presentar manchas de sangre—
- Fatiga
- Dificultad para respirar
- Fiebre ligera y escalofríos

- Molestia en el pecho

TIPOS

bronquitis aguda, es posible que tengas síntomas de resfrío, como dolores generalizados o dolores de cabeza leves. Si bien estos síntomas suelen mejorar en, aproximadamente, una semana, es posible que tengas tos molesta durante varias semanas.

La bronquitis crónica se define como una tos productiva que dura, al menos, tres meses, con episodios recurrentes durante, por lo menos, dos años consecutivos.

CAUSAS

Por lo general, la bronquitis aguda es causada por virus, generalmente los mismos virus que causan los resfríos y la gripe (influenza). Los antibióticos no matan los virus, por lo que este tipo de medicamentos no resulta útil en la mayoría de los casos de bronquitis.

La causa más frecuente de la bronquitis crónica es fumar cigarrillos. La contaminación del aire y el polvo o los gases tóxicos en el medio ambiente o en el lugar de trabajo también pueden contribuir al desarrollo de la enfermedad.

PREVENCIÓN

Para reducir el riesgo de contraer bronquitis, sigue los siguientes consejos:

- **Evita el humo del cigarrillo.** Este aumenta el riesgo de padecer bronquitis crónica.
- **Vacúnate.** Muchos casos de bronquitis aguda se producen a causa del virus de la influenza. Si te aplicas la vacuna contra la influenza todos los años, puedes protegerte contra esta afección. También puedes considerar la posibilidad de vacunarte contra algunos tipos de neumonía.
- **Lávate las manos.** Para reducir el riesgo de contraer una infección viral, lávate las manos con frecuencia y acostúmbrate a usar desinfectantes para manos a base de alcohol.
- **Usa mascarilla quirúrgica.** Si tienes una enfermedad pulmonar obstructiva crónica, puedes considerar la posibilidad de usar una mascarilla en el trabajo si estás expuesto al polvo o a vapores, y cuando estés en contacto con mucha gente, como mientras viajas.

EPOC

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad pulmonar inflamatoria crónica que causa la obstrucción del flujo de aire de los pulmones. Los síntomas incluyen dificultad para respirar, tos, producción de moco (esputo) y sibilancias. Típicamente es causado por la exposición a largo plazo a gases irritantes o partículas de materia, más a menudo por el humo del cigarrillo.

Síntomas

Los síntomas de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica no suelen aparecer hasta que se produce un daño pulmonar significativo y suelen empeorar con el tiempo, sobre todo si la exposición al tabaco continúa.

Los signos y síntomas de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica pueden incluir los siguientes:

- Falta de aire, especialmente durante la actividad física
- Sibilancia
- Opresión del pecho
- Una tos crónica que puede producir mucosidad (esputo) que puede ser clara, blanca, amarilla o verdosa
- Infecciones respiratorias frecuentes
- Falta de energía
- Pérdida de peso involuntaria (en etapas posteriores)
- Hinchazón en tobillos, pies o piernas

Causas

La principal causa de la EPOC en los países desarrollados es el tabaquismo. En el mundo en desarrollo, la EPOC se produce a menudo en personas expuestas a los gases de la quema de combustible para cocinar y calentar en hogares mal ventilados.

Solo algunos fumadores crónicos desarrollan una aparente EPOC, aunque muchos fumadores con largos historiales de tabaquismo pueden desarrollar una función pulmonar reducida.

TUBERCULOSIS

La tuberculosis es una enfermedad grave que afecta principalmente los pulmones. Los microbios que causan la tuberculosis son un tipo de bacteria.

La tuberculosis puede contagiarse cuando una persona con la enfermedad tose, estornuda o canta. Esto puede hacer que se liberen gotitas diminutas con microbios en el aire. Después, otra persona puede respirar las gotitas, y los microbios pueden ingresar en sus pulmones.

Síntomas

Si bien tu cuerpo puede hospedar la bacteria que causa la tuberculosis, tu sistema inmunitario generalmente evita que te enfermes. Por este motivo, los médicos distinguen entre:

- **La tuberculosis latente.** Estás infectado de tuberculosis, pero la bacteria en tu organismo está en estado inactivo y no presentas síntomas. La tuberculosis latente, también llamada tuberculosis inactiva o infección por tuberculosis, no es contagiosa. La tuberculosis latente se puede convertir en tuberculosis activa, por lo que el tratamiento es importante.
- **La tuberculosis activa.** También llamada enfermedad de tuberculosis, esta afección te enferma y, en la mayoría de los casos, puede contagiarse a otras personas. Puede manifestarse semanas o años después de la infección por la bacteria de la tuberculosis.

Los signos y síntomas de la tuberculosis activa incluyen:

- Tos que dura tres semanas o más
- Tos con sangre o moco
- Dolor en el pecho o dolor al respirar o toser
- Pérdida de peso involuntaria
- Fatiga
- Fiebre
- Sudoraciones nocturnas
- Escalofríos
- Pérdida del apetito

SINCOPE

es el término médico para el desmayo o pérdida de conciencia. Se trata de una pérdida temporal de la conciencia caracterizada por un inicio rápido, una duración breve y una recuperación espontánea. Por lo general, la falta súbita de suministro de sangre al cerebro da lugar a desmayos. El síncope puede ocurrir de forma repentina, sin ningún síntoma de advertencia, o estar precedido de sudoración, náuseas, visión borrosa, mareo y palidez.

Síntomas

Antes de desmayarte por un síncope vasovagal, podrías sentir lo siguiente:

- Piel pálida
- Aturdimiento
- Visión de túnel: el campo de la visión se estrecha hasta ver solo lo que está enfrente
- Náuseas
- Sensación de calor
- Sudor frío y húmedo
- Visión borrosa

Durante un episodio de síncope vasovagal, los que estén a tu alrededor pueden notar:

Movimientos bruscos y anormales

- Pulso lento y débil
- Pupilas dilatadas

Causas

El síncope vasovagal ocurre cuando la parte del sistema nervioso que regula la frecuencia cardíaca y la presión arterial funciona incorrectamente en respuesta a un factor desencadenante, como puede ser ver sangre.

La frecuencia cardíaca disminuye y los vasos sanguíneos de las piernas se dilatan. Esto puede hacer que se acumule sangre en las piernas, lo que hace que disminuya la presión arterial.

VERTIGO

Es un trastorno del equilibrio que hace referencia siempre a una sensación de movimiento que una persona tiene sin que exista, es una alucinación del movimiento, y se debe a una alteración del sistema vestibular. Los trastornos de

mareos y el equilibrio son un problema frecuente, especialmente en adultos mayores. Después de los 65.

CAUSA

Existen dos tipos de vértigo: periférico y central.

El vértigo periférico se debe a un problema en la parte del oído interno que controla el equilibrio. Estas áreas se denominan laberinto vestibular o canales semicirculares. El problema también puede involucrar el nervio vestibular. Este es el nervio que conecta el oído interno y el tronco encefálico.

El vértigo periférico puede ser causado por:

- Vértigo postural benigno (vértigo postural paroxístico benigno, también conocido como BPPV)
- Ciertos medicamentos, como antibióticos aminoglucósidos, cisplatino, diuréticos o salicilatos, los cuales son tóxicos para las estructuras del oído interno
- Lesión (como un traumatismo craneal)
- Inflamación del nervio vestibular (neuritis)
- Irritación e hinchazón del oído interno (laberintitis)
- Enfermedad de Ménière
- Presión en el nervio vestibular, por lo general de un tumor no canceroso, como meningioma o schwannoma

El vértigo central se debe a un problema en el cerebro, por lo regular en el tronco encefálico o la parte posterior del cerebro (cerebelo).

El vértigo central puede ser causado por:

- Enfermedad vascular
- Ciertos fármacos como anticonvulsivos, ácido acetilsalicílico (*aspirin*) y alcohol
- Esclerosis múltiple
- Convulsiones (poco común)
- Accidente cerebrovascular
- Tumores (cancerosos o no)
- Migraña vestibular, un tipo de migraña

Tratamiento

- Observación periódica.
- Reposo.
- Dieta.
- Medicamentos usados para suprimir los síntomas como: antihistamínicos, anticolinérgicos, diuréticos y ansiolíticos.
- Cirugía conservadora: consisten en un intento por modificar la función del oído interno o destruir la función vestibular del oído en forma selectiva sin afectar la audición.
- Cirugía destructiva: El tratamiento quirúrgico último del vértigo periférico es destruir el órgano blanco afectado

INCONTINENCIA URINARIA

Es la pérdida involuntaria de orina sin control del llenado y vaciado de la vejiga urinaria, acompañado, en ocasiones, de un fuerte deseo de orinar.

TIPOS

- incontinencia de esfuerzo
- incontinencia de urgencia
- incontinencia mixta
- incontinencia funcional
- incontinencia transitoria.

SINTOMA

- Escape de orina en la actividad cotidiana
- el no poder contener la orina
- escape de orina en relaciones sexuales

DIAGNOSTICO

- Historial clínico.
- Examen físico.
- Análisis de la sangre o orina
- Pruebas de función de la vejiga

PREVENCION

- No fumar
- Activ. física
- Entrenamiento de la vejiga.
- Evitar estreñimiento
- Medicamentos
- Dispositivos médicos (catéter).
- Cirugía
- Aumentadores de volumen

ARTRITIS REUMATOIDE

La artritis reumatoide es un trastorno inflamatorio crónico que puede afectar más que solo las articulaciones. En algunas personas, la afección puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos. La artritis reumatoide es un trastorno autoinmunitario que ocurre cuando el sistema inmunitario ataca por error los tejidos del cuerpo

SINTOMAS

- Articulaciones sensibles, calientes e hinchadas.
- Rigidez articular que generalmente empeora por las mañanas y después de la inactividad.
- Cansancio.
- Fiebre.
- Pérdida del apetito.

FACTORES DE RIESGO.

- El sexo: Las mujeres son más propensas que los hombres a desarrollar artritis reumatoide.
- Edad: La artritis reumatoide se puede producir a cualquier edad, pero más

FRECUENTEMENTE COMIENZA A MEDIANA EDAD.

- Antecedentes familiares: Si un familiar padece artritis reumatoide, el riesgo de que padezcas la enfermedad puede ser mayor.
- Tabaquismo: Fumar cigarrillos aumenta el riesgo de desarrollar artritis reumatoide, especialmente si tienes una predisposición genética a

desarrollarla enfermedad. Fumar también parece estar asociado a una gravedad mayor de la enfermedad.

- Sobrepeso: Las personas que tienen sobrepeso parecen presentar un mayor riesgo de desarrollar artritis reumatoide.

CAUSAS

- Factores genéticos.
- Factores ambientales: La exposición a ciertos agentes infecciosos, como virus y bacterias.
- Respuesta inmunitaria: El sistema inmunológico ataca las membranas sinoviales, provocando inflamación y daño en las articulaciones.

ETAPAS

- Etapa 1: Sinovitis, aumento de volumen del líquido sinovial, articulaciones inflamadas.
- Etapa 2: Hipertrofia sinovial, proliferación celular, erosión del cartílago, neovascularización, inflamación adicional.
- Etapa 3: Formación del pannus, erosión del hueso, deformidad articular observada, inflamación crónica.
- Etapa 4: Daño del cartílago y del hueso avanzado, anquilosis fibrosa o huesuda desarrollada, puede ocurrir nodulosis, disminuye la inflamación como progreso de la enfermedad.

Diagnóstico

- Exploración física.
- Análisis de sangre.
- Estudios de imágenes: La radiografía, la ecografía y la resonancia magnética.

ARTROSIS

La osteoartritis o artrosis es la enfermedad degenerativa articular más frecuente, caracterizada por la destrucción del cartílago hialino que recubre las superficies óseas

Síntomas

- Dolor.
- Rigidez en las articulaciones
- Sensibilidad.
- Pérdida de flexibilidad.
- Sensación chirriante.
- Osteofitos.
- Hinchazón.

Tipos de artrosis según la zona afectada.

- Artrosis de cadera
- Artrosis cervical
- Artrosis lumbar
- Artrosis de mano
- Artrosis de rodilla Causas La osteoartritis se produce cuando el cartílago que amortigua los extremos de los huesos en las articulaciones se deteriora progresivamente.

ALZHEIMER

La enfermedad de Alzheimer es un trastorno del cerebro que empeora con el tiempo. Se caracteriza por cambios en el cerebro que derivan en depósitos de ciertas proteínas. La enfermedad de Alzheimer hace que el cerebro se encoja y que las neuronas cerebrales, a la larga, mueran. La enfermedad de Alzheimer es la causa más común de demencia, un deterioro gradual en la memoria, el pensamiento, el comportamiento y las habilidades sociales. Estos cambios afectan la capacidad de funcionamiento de una persona.

SÍNTOMAS

La pérdida de memoria es el síntoma clave de la enfermedad de Alzheimer. Los primeros signos incluyen dificultad para recordar eventos o conversaciones recientes, pero la memoria empeora y se desarrollan otros síntomas a medida que la enfermedad avanza.

Al principio, es posible que alguien con la enfermedad reconozca problemas para recordar las cosas y pensar con claridad. A medida que los síntomas empeoran, hay más posibilidades de que un familiar o amigo note los problemas.

Las personas con enfermedad de Alzheimer podrían pasar por las siguientes situaciones:

- Repetir afirmaciones y preguntas una y otra vez.

- Olvidar conversaciones, citas médicas o eventos.
- Extraviar artículos y, a menudo, ponerlos en lugares en los que no tiene sentido hacerlo.
- Perderse en lugares que solían conocer bien.
- Con el tiempo, olvidar los nombres de familiares y de objetos de uso cotidiano.
- Tener problemas para encontrar el nombre adecuado de objetos, para expresar pensamientos o para participar en conversaciones.

CAUSAS

Las causas exactas de la enfermedad de Alzheimer no se comprenden en su totalidad. Pero a un nivel básico, las proteínas del cerebro no funcionan de la forma habitual. Esto interrumpe el trabajo de las células cerebrales, llamadas neuronas, y desencadena una serie de eventos. Las neuronas se dañan y pierden las conexiones entre sí. Eventualmente, mueren.

Los científicos creen que, en la mayoría de los casos, la enfermedad de Alzheimer es consecuencia de una combinación de factores genéticos, ambientales y del estilo de vida que afectan el cerebro a lo largo del tiempo. En menos del 1 % de los casos, la enfermedad de Alzheimer ocurre por cambios genéticos específicos que prácticamente garantizan que una persona tendrá la enfermedad. En estos casos, la enfermedad generalmente comienza en la madurez.

El desarrollo de la enfermedad comienza años antes de que aparezcan los primeros síntomas. El daño comienza más a menudo en la región del cerebro que controla la memoria. La pérdida de neuronas se extiende en un patrón algo predecible a otras regiones del cerebro. En la etapa avanzada de la enfermedad, el tejido cerebral está considerablemente reducido.

Prevención

La enfermedad de Alzheimer es una afección que no se puede prevenir. Sin embargo, se pueden modificar varios factores de riesgo en el estilo de vida.

Existe evidencia de que tomar medidas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares también puede disminuir el riesgo de demencia.

Estas son algunas opciones de un estilo de vida saludable para el corazón que se pueden seguir para reducir el riesgo de demencia:

- Hacer ejercicio con regularidad.
- Llevar una alimentación de frutas y verduras frescas, aceites saludables y alimentos bajos en grasas saturadas, como la dieta mediterránea.

- Seguir las pautas de tratamiento para controlar la hipertensión arterial, la diabetes y el colesterol alto.
- Si fumas, pedirle al proveedor de atención médica que te ayude a dejar el hábito.

Diagnóstico

- Exploración física y neurológica.
- Análisis de sangre.
- Análisis neuropsicológicos y del estado mental.
- Pruebas por imágenes (Resonancia magnética y tomografía computarizada).

HIPERTENSIÓN ARTERIAL (HTA).

La presión arterial alta es una enfermedad común que afecta a las arterias del cuerpo. También se conoce como hipertensión. Si tienes la presión arterial alta, la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias es muy alta constantemente. El corazón debe trabajar más para bombear sangre.

SÍNTOMAS

La mayoría de las personas con presión arterial alta no tienen síntomas, incluso si las lecturas de presión arterial alcanzan niveles peligrosamente altos. Se puede tener presión arterial alta durante años sin presentar ningún síntoma.

Algunas personas con hipertensión arterial pueden presentar lo siguiente:

- Dolores de cabeza
- Falta de aire
- Sangrados nasales
- Sin embargo, estos síntomas no son específicos.

Causas

La presión arterial se determina por dos cosas: la cantidad de sangre que bombea el corazón y cuán difícil es para la sangre circular por las arterias. Cuanta más sangre bombee el corazón y cuanto más estrechas sean las arterias, mayor será la presión arterial.

Existen dos tipos principales de presión arterial alta.

Hipertensión primaria (hipertensión esencial)

Para la mayoría de los adultos, no hay una causa identificable de la presión arterial alta. Este tipo de presión arterial alta se denomina hipertensión primaria o

esencial y tiende a desarrollarse progresivamente a lo largo de muchos años. La acumulación de placa en las arterias (ateroesclerosis) aumenta el riesgo de tener presión arterial alta.

Hipertensión secundaria

Este tipo de presión arterial alta se debe a una afección subyacente. Tiende a aparecer repentinamente y causa una presión arterial más alta que la hipertensión primaria. Los trastornos y medicamentos que pueden llevar a la hipertensión arterial secundaria incluyen los siguientes:

- Tumores de la glándula suprarrenal
- Problemas en los vasos sanguíneos presentes al nacer, también llamados defectos cardíacos congénitos
- Medicamentos para la tos y el resfriado, algunos analgésicos, píldoras anticonceptivas y otros medicamentos de venta con receta médica
- Drogas ilícitas, como la cocaína y las anfetaminas
- Enfermedad renal
- Apnea obstructiva del sueño
- Problemas de tiroides

FACTORES DE RIESGO

- **Edad.** El riesgo de tener presión arterial alta aumenta con la edad. Hasta aproximadamente los 64 años, la presión arterial alta es más frecuente en los hombres. Las mujeres tienen más probabilidades de desarrollar presión arterial alta después de los 65 años.
- **Raza.** La presión arterial alta es particularmente común en las personas de piel negra. Aparece a una edad más temprana en las personas de piel negra que en las de piel blanca.
- **Antecedentes familiares.** Tienes más probabilidades de desarrollar presión arterial alta si tu padre, tu madre o algún hermano presenta esta afección.
- **Obesidad o sobrepeso.** El exceso de peso provoca cambios en los vasos sanguíneos, los riñones y otras partes del cuerpo. Estos cambios suelen aumentar la presión arterial. Tener sobrepeso u obesidad también aumenta el riesgo de presentar una enfermedad cardíaca y los factores de riesgo correspondientes, como el colesterol alto.
- **Falta de ejercicio.** No hacer ejercicio puede causar un aumento de peso. El aumento de peso eleva el riesgo de tener presión arterial alta. Las personas que no hacen actividad física suelen tener una frecuencia cardíaca más elevada.
- **Consumo de tabaco o vapeo.** Fumar, mascar tabaco o vapear aumenta inmediatamente la presión arterial durante un breve período. Fumar tabaco daña las paredes de los vasos sanguíneos y acelera el proceso de endurecimiento de las arterias. Si fumas, pide a tu proveedor de atención médica que te brinde estrategias para ayudarte a dejar de fumar.

- **Demasiada sal.** El exceso de sal (también denominada sodio) en el cuerpo puede provocar la retención de líquidos. Esto aumenta la presión arterial.
- **Niveles bajos de potasio.** El potasio ayuda a equilibrar la cantidad de sal en las células del cuerpo. Un equilibrio correcto de potasio es importante para una buena salud cardíaca. Los niveles bajos de potasio pueden deberse a una falta de potasio en la dieta o a determinadas enfermedades, incluida la deshidratación.
- **Consumo excesivo de alcohol.** Se ha asociado el consumo de alcohol con la presión arterial elevada, especialmente en hombres.
- **Estrés.** Los niveles altos de estrés pueden llevar a un aumento temporal de la presión arterial. Los hábitos relacionados con el estrés, como comer en exceso, consumir tabaco o beber alcohol, pueden aumentar aún más la presión arterial.
- **Ciertas afecciones crónicas.** La enfermedad renal, la diabetes y la apnea del sueño son algunas de las enfermedades que pueden llevar a la presión arterial alta.
- **Embarazo.** A veces, el embarazo puede causar presión arterial alta.