

**La incidencia y prevalencia en casos de hipertensión arterial en adultos mayores en el
centro de salud en la Independencia, Chiapas**

Ivis Sady García Rodríguez

Universidad del sureste

LEN- Licenciatura en Enfermería

Lic. Luz María Castillo Moreno

5 de marzo del 2024

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La hipertensión arterial es una de las enfermedades crónicas de mayor prevalencia en México y en muchas ocasiones los individuos desconocen que padecen esta enfermedad, siendo esta silenciosa porque no manifiesta síntomas al respecto, siendo una de las enfermedades que mayormente ocasionan un factor de riesgo cardiovascular, accidente cerebro vascular, insuficiencia renal, problemas en los ojos y otros problemas de salud en el cuerpo, esto se produce por el aumento sostenido en el tiempo de la fuerza que ejerce la sangre sobre las paredes de las arterias. La hipertensión arterial ha incrementado en los últimos 50 años de manera muy preocupante, sobre todo en los adultos mayores que son las personas más propensas y vulnerables a desarrollar esta enfermedad por las condiciones de vida que presentan, mayormente por que los tiempos van cambiando día a día y la calidad de vida va disminuyendo con el paso del tiempo.

También se debe a la red de los vasos sanguíneos, conocida como sistema vascular que estos van cambiando con la edad de los individuos, incluso con aquellas personas que llevan un estilo de vida totalmente saludable y que se sienten bien de salud, es por eso que la presión alta se le conoce como “la asesina silenciosa” porque no causa ningún síntoma que pueda alertar al individuo y poder hacer algo al respecto, es por ello que cualquier persona puede tener hipertensión arterial sin saberlo, cabe mencionar también que algunas otras afecciones medicas como el síndrome metabólico, las enfermedades de los riñones y los problemas de la tiroides pueden causar presión arterial alta, hay personas que tienen mayor probabilidad de padecerla por la edad, el sexo; en los hombres suele aparecer después de los 55 años y en el caso de las mujeres suele aparecer después de la menopausia, también puede ser heredofamiliar por los genes que se tramiten en el ADN de los padres a los hijos.

La hipertensión arterial tiene alta prevalencia e incidencia en la población en general y principalmente en los adultos mayores de edad, por lo cual podemos decir que constituye un gran problema en lo que es salud pública, la prevalencia de hipertensión se incrementa a medida que la población va envejeciendo, es por eso que se debe implementar medidas de prevención a toda la sociedad para evitar todas estas afecciones que solo vienen a repercutir en la salud de la persona, la hipertensión arterial esta vinculada con la edad, la obesidad y mala calidad de vida, la cual nos da un porcentaje de 40 % de la población hipertensa, que en muchos casos también son afectados emocionalmente porque caen en una depresión por

causa de la enfermedad, es por ello que se debe brindar un apoyo psicológico de parte de las instituciones de salud para que el paciente pueda sobrellevar su enfermedad con la mejor actitud positiva que influirá en el mejoramiento de esta y también ayudara a la prolongación de vida que pueda tener en base a los cambios de hábitos que se pueda implementar día a día y poder revertir la enfermedad que si es crónica, pero no contagiosa lo único que debe hacer la población en general es cambiar el estilo de vida y hábitos alimenticios.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál ha sido los factores o las causas por la cual la hipertensión en adultos mayores ha aumentado la cifra en la región?

JUSTIFICACIÓN

La hipertensión arterial es una de las principales enfermedades crónicas en lo que corresponde al centro de salud de La Independencia, Chiapas, esta enfermedad comienza con su detección y requiere de un control continuo que se da entre el paciente y los trabajadores de salud, para poder detectar a tiempo la hipertensión arterial es necesario que a cada cita que llegue el paciente al centro de salud tenga un chequeo de signos vitales principalmente de la presión, esa es una manera de detectar a tiempo esta enfermedad.

Para llevar un control de la hipertensión arterial es importante cambiar algunos hábitos de la vida cotidiana como llevar una buena alimentación basada en el consumo del plato del buen comer que nos aporta los nutrientes esenciales para llevar una dieta equilibrada y así poder reducir el riesgo de la hipertensión y otras enfermedades, otro de los hábitos es de realizar actividad física a diario o mínimo 3 veces a la semana por lo menos 30 minutos, estos hábitos son los más esenciales para la prevención de la hipertensión, más sin embargo no son los únicos, hay que tener una buena ingesta de agua, no ser sedentario, entre otras más.

Otro de los factores más comunes por el cual se presenta la hipertensión es el sobrepeso, el consumo de alcohol, tabaco y el consumo de sal, estos aumentan la actividad de una hormona llamada renina-angiotensina-aldosterona(SRAA), el cual provee el equilibrio de los líquidos y los electrolitos.

La mayor parte la población que presenta hipertensión arterial es en adultos mayores especialmente en las mujeres que suelen presentarse después de la menopausia por el aumento de peso que esta provoca, por ello es conveniente alimentarse desde a muy temprana edad de la manera mas correcta y adecuada para poder adquirir un buen habito de vida y así evitar todo tipo de enfermedades cardiovasculares.

El valor normal de la presión arterial es de 120/80, y cuando esta se eleva es porque el corazón esta bombeando mas sangre de lo normal y las contracciones que realiza la aurícula derecha por consiguiente aumentan su presión, esto provoca dolores de cabeza, mareos, dificultad para respirar, dolor en el pecho, visión borrosa, ansiedad, etc. Por eso hay que hacernos de hábitos sanos para una vida saludable y con plena salud.

OBJETIVO GENERAL

1. Analizar y Determinar qué factores se asocian a los pacientes mayores de 50 años que presentan hipertensión arterial al llevar un control en la unidad del centro de salud de independencia, Chiapas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Determinar el factor de riesgo de hipertensión arterial desde remotos estudios ante la población en general.
2. Analizar con detalle la causa principal que conlleva al surgimiento de la enfermedad.
3. Enfatizar principalmente en adultos mayores de edad para identificar el causante o los causantes de presión alta.
4. Modificar los estilos de vida mediante promoción a la salud.
5. Disminuir los malos hábitos alimenticios de las personas propensas a tener hipertensión.
6. Hacer un énfasis en la atención al paciente por parte del personal de salud y brindar una mejor atención.
7. Evaluar si está funcionando el tratamiento de cada uno de los individuos que llevan un control en la unidad de salud.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

1. Gobierno de México IMSS (5 de marzo del 2024). *Hipertensión arterial*
<https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/hipertension-arterial>
2. Norma Oficial Mexicana NOM-030-SSA2-1999, para la prevención, tratamiento y control de la hipertensión arterial. (5 de marzo del 2024). *Hipertensión arterial*.
<https://www.cndh.org.mx/documento/nom-030-ssa2-2009-para-la-prevencion-deteccion-diagnostico-tratamiento-y-control-de-la#:~:text=NOM%2D030%2DSSA2%2D2009,de%20la%20hipertensi%C3%B3n%20arterial%20sist%C3%A9mica>.
3. Raidel González Rodríguez. Especialista en I grado en medicina general integral. Caracterización clínico-epidemiológica en la hipertensión arterial en adultos mayores. (5 de marzo 2024). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s2221-24342017000200002&script=sci_arttext
4. National Institute on aging. (5 de marzo del 2024). La presión arterial alta y las personas mayores. <https://www.nia.nih.gov/espanol/presion-arterial-alta/presion-arterial-alta-personas-mayores>
5. Santos casado Pérez. Libro de la salud cardiovascular. Pag. 12. (recuperado el 5 de marzo del 2024).
https://www.fbbva.es/microsites/salud_cardio/fbbva_libroCorazon_ficha_12.html
6. Peña Herrera Lopez, Lizbeth Andrea. (5 de marzo 2024). “prevalencia y factores de riesgo para hipertensión arterial en adultos mayores en áreas urbanas y rurales del cantón Ambato”(PDF).
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31113/1/PE%C3%91AHERRERA%20LIZBETH%20ANDREA%20%26.pdf>
7. Mejía-Rodríguez O, Paniagua-Sierra R, Valencia-Ortiz MR, Ruiz-García J, Figueroa-Núñez B, Roa-Sánchez V. Factores relacionados con el descontrol de la presión arterial. *Salud Publica Mex* 2009;51:291-297. <https://www.scielosp.org/pdf/spm/v51n4/v51n4a05.pdf>
8. Emilio Kuschnir, Alfredo Martinez Marull. (5 de marzo del 2024). <https://www.saha.org.ar/>
9. Sellen Crombet, Joaquin. Ciudad de la Habana:Editorial Universitaria 2008(recuperado el 5 de marzo del 2024.Hipertencion Arterial: Tratamiento,

Diagnostico y Control. <https://libros.metabiblioteca.org/items/2906f444-75a8-4671-832a-c45002e5b979>

10. Ing. Jose Quesada Pantoja. Ministerio de Salud Publica 2008, Editorial Ciencias Medicas 2008, recuperado el 5 de marzo del 2024.
https://extranet.who.int/ncdccc/Data/CUB_D1_Gu%C3%ADa%20HTA%20CUBA.pdf