



Mi Universidad

Hipertensión arterial

Nombre del Alumno: Andi Saydiel Gómez Aguilar

*Nombre del tema: Epidemiología de las enfermedades no transmisibles,
Hipertensión Arterial.*

Parcial: III

Nombre de la Materia: Salud Publica II

Nombre del profesor: Dra. Irma Sánchez Prieto

*Nombre de la Licenciatura: **Licenciatura en Medicina Humana.***

Semestre: II

Lugar y Fecha de elaboración: Tapachula, Chiapas a 23 de Marzo del 2024

HIPERTENSION ARTERIAL

La hipertensión arterial (HTA) es un trastorno donde los vasos sanguíneos tienen persistentemente una tensión arterial elevada; cuanto más alta es la tensión arterial (TA), el corazón tiene más dificultad para bombear la sangre a todo el cuerpo.

La TA aumenta con mayor edad, consumo de alcohol, tabaquismo, sedentarismo, factores asociados con la urbanización (contaminación del aire, ruido y estrés psicosocial), alto consumo de sodio y existencia de enfermedades como obesidad y diabetes.

Sintomas

La mayoría de las personas que padecen de hipertensión arterial no lo saben, porque no tienen ningún síntoma, pero hay quien puede presentar:

- Dolor de cabeza intenso
- Mareo
- Zumbido de oídos
- Sensación de ver lucecitas
- Visión borrosa
- Dolor en el pecho y/o lumbar
- Tobillos hinchados

Diagnostico

Es conveniente el escrutinio de la hipertensión arterial a través de la toma periódica de la presión arterial mediante la estrategia oportunista en la consulta médica.

Es preferible que las determinaciones de la presión arterial en las unidades de salud se realicen por personal de enfermería capacitado.

Integrar diagnóstico de HAS desde la primera consulta médica en todo paciente diabético con Daño a Órgano Blanco (DOB) o datos de insuficiencia renal de moderada a grave (filtración glomerular <60 mL/min/m²), que presente cifras de más de 140/90 mm Hg.

Establecer diagnóstico de HAS en la segunda consulta médica (al mes de la primera determinación de la presión arterial) cuando el paciente manifieste: Presión Arterial $> 140/90$ mm Hg, bitácora positiva (registro de presión arterial en su domicilio) o ambas situaciones.

Casi la mitad de las personas con este problema de salud acude a consulta médica debido a la sintomatología aguda, y en muchos casos con daño en riñones, corazón y cerebro, con el consecuente riesgo de insuficiencia e infarto cardiaco o cerebral, arritmias, falla renal, anomalía arterial periférica, hemorragia cerebral por rompimiento de aneurismas, retinopatía hipertensiva, problemas de agudeza visual e incluso de fallecimiento.

El tratamiento médico es individualizado y se basa en fármacos inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina; antagonistas de los receptores de la angiotensina; diuréticos tiazídicos, como la hidroclorotiazida; bloqueadores de canales de calcio y beta bloqueadores.

Al mismo tiempo, las personas deben disminuir la ingesta de sal a menos de cinco gramos diarios, evitar las grasas saturadas, aumentar el consumo de frutas, verduras y cereales con fibra.

Dejar de fumar, reducir la ingesta de bebidas alcohólicas y realizar actividad física con regularidad, mantener el peso adecuado, aprender a manejar el estrés y medir periódicamente la presión arterial, son hábitos que mejoran la calidad de vida de la persona con hipertensión.

La presión arterial por arriba de 180/120 mmHg (milímetros de mercurio), requiere atención médica inmediata en el servicio de urgencias de la unidad de salud más cercana a su domicilio, ya que puede requerir tratamiento especializado.

Es recomendable que las personas mayores de 40 años realicen una medición anual de la presión arterial, así como exámenes de sangre, colesterol y glucosa para detectar cualquier anomalía médica. “La prevención, detección, apego al tratamiento, vida saludable y exámenes frecuentes son la clave para controlar los niveles de presión”.

Datos epidemiológicos en México

En 2021, las enfermedades que más afectaron a la población de 53 años y más fueron: hipertensión arterial (43.3 %) diabetes (25.6 %) y artritis (10.7 %). Datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) de 2020, señalan que 24.9 por ciento de los hombres y 26.1 por ciento de las mujeres padece esta enfermedad, que cada año ocasiona cerca de 50 mil fallecimientos.

Mortalidad

Detalló que en 2021 ocurrieron cerca de un millón 100 mil defunciones por diferentes causas, de las cuales 220 mil fueron por enfermedades del corazón; de éstas, 78 por ciento correspondió a infartos del corazón o cardiopatía isquémica. Además, fallecieron alrededor de 30 mil personas por hipertensión arterial. “Las enfermedades coronarias isquémicas afectan por igual a hombres y mujeres”.

Morbilidad

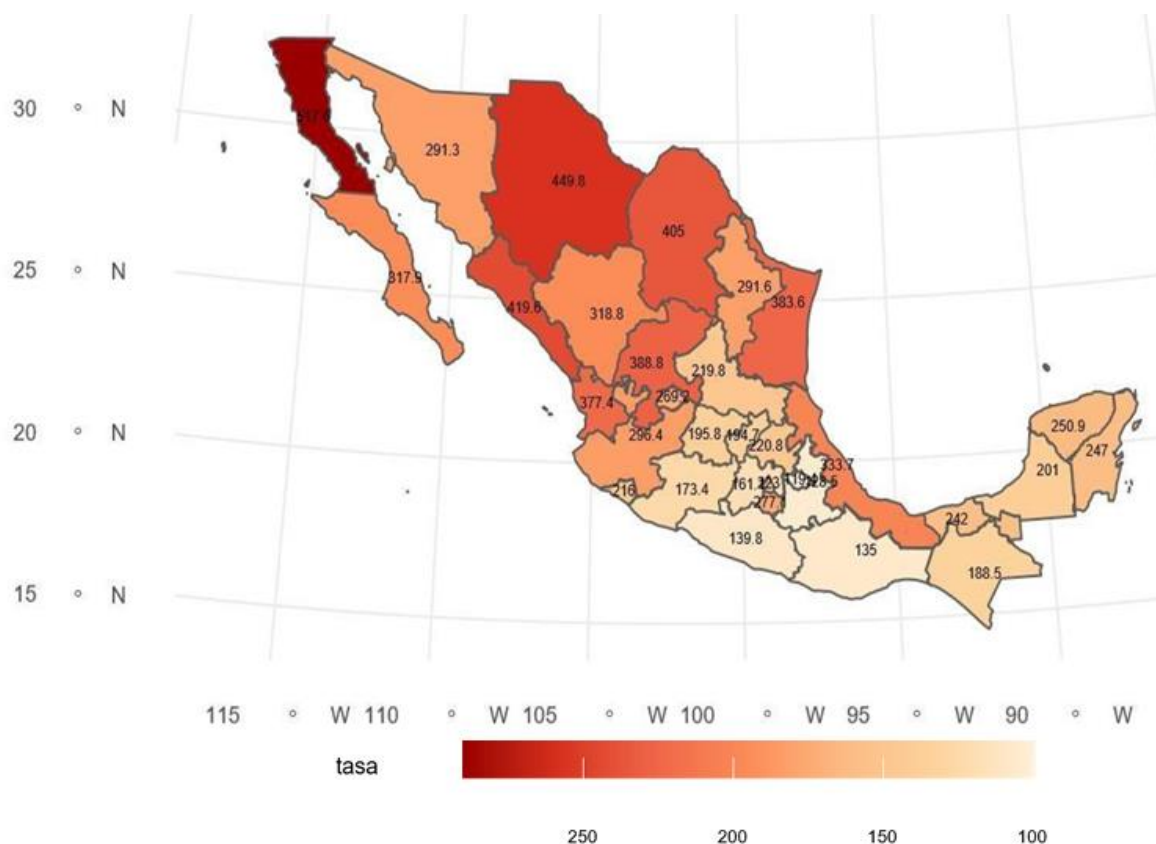
Durante el año 2023 estuvo dentro de las principales causas de la enfermedad Nacional, por sexo y en los diferentes estados de México según la información presentada por el SINAVE.

ENTIDAD FEDERATIVA	Hipertensión Arterial CIE-10 ^a Rev. I10-I15				Enfermedad Isquémica del Corazón CIE-10 ^a REV. I20, I25				Enfermedad Cerebrovascular CIE-10 ^a Rev. I60-I67, I69			
	Sem.	2023 Acum.		2022 Acum.	Sem.	2023 Acum.		2022 Acum.	Sem.	2023 Acum.		2022 Acum.
		M	F			M	F			M	F	
Aguascalientes	221	3 941	5 083	8 347	24	494	292	802	14	418	361	602
Baja California	525	16 221	18 978	31 996	109	2 607	1 769	3 929	91	2 720	2 012	4 282
Baja California Sur	82	2 297	2 277	5 250	7	337	178	504	10	219	144	326
Campeche	60	1 558	1 977	3 576	4	256	190	353	8	180	154	386
Coahuila	479	9 384	12 188	23 041	47	1 333	928	2 294	49	1 260	1 051	2 306
Colima	51	1 847	2 131	3 375	6	187	136	189	13	150	159	265
Chiapas	144	5 791	9 025	14 705	21	391	382	552	23	587	500	861
Chihuahua	185	9 822	12 267	23 112	121	2 911	2 140	4 527	48	1 253	1 287	2 077
Ciudad de México	679	18 190	24 154	40 196	179	5 311	2 993	9 805	133	3 183	3 407	6 341
Durango	154	4 332	5 978	8 851	22	567	332	857	27	546	484	668
Guanajuato	519	11 027	13 606	21 674	53	1 424	903	1 583	58	1 078	995	1 520
Guerrero	81	5 351	7 753	13 376	3	317	272	614	3	562	487	1 048
Hidalgo	190	3 942	5 959	9 787	11	329	257	756	7	277	247	616
Jalisco	1 039	21 749	28 007	44 554	120	3 282	2 121	4 785	84	2 814	2 524	4 942
México	820	23 763	34 947	59 862	35	2 517	1 300	3 060	22	1 484	1 491	3 292
Michoacán	196	4 989	6 670	11 722	12	378	208	584	8	297	244	626
Morelos	153	4 417	5 976	10 070	29	1 197	687	1 124	18	526	426	819
Navarro	159	3 570	4 530	7 810	10	232	212	433	9	155	119	260
Nuevo León	447	11 788	14 472	25 289	111	1 571	1 204	2 488	64	1 771	1 336	2 905
Oaxaca	143	4 952	6 962	12 082	2	443	322	775	2	378	450	904
Puebla	368	6 858	9 999	16 023	23	577	395	993	25	638	682	1 139
Querétaro	180	3 708	4 445	7 858	25	633	337	421	25	444	334	386
Quintana Roo	68	3 556	3 934	8 765	17	324	175	447	9	309	201	487
San Luis Potosí	215	5 442	7 222	11 571	27	700	470	927	18	510	441	988
Sinaloa	403	11 309	15 028	24 231	75	2 512	1 860	3 986	55	1 720	1 354	2 909
Sonora	360	8 810	11 206	17 258	36	678	476	1 318	22	706	547	1 651
Tabasco	133	6 181	8 180	9 314	14	532	337	570	27	591	506	875
Tamaulipas	382	11 158	13 457	24 860	78	1 881	1 312	3 263	102	1 541	1 236	2 836
Tlaxcala	54	1 989	3 107	4 328	4	251	133	332	-	158	115	313
Veracruz	716	19 172	29 082	51 089	83	2 478	1 750	3 745	74	2 080	1 970	4 090
Yucatán	130	4 233	5 385	10 020	13	1 027	639	1 393	14	601	472	1 082
Zacatecas	162	3 789	5 156	8 481	6	370	244	530	7	225	227	372
TOTAL	9 498	255 136	339 141	572 473	1 327	38 047	24 954	57 939	1 069	29 381	25 963	52 174

FUENTE: SINAVE/DGE/Salud 2022. Información preliminar, incluye casos probables.

Incidencia

La Tasa de incidencia de hipertensión arterial por cada 100 mil habitantes, por entidad federativa en México de enero a diciembre de 2021, se presenta en la siguiente gráfica, del SUAVE.



Fuente: Sistema Único Automatizado para la Vigilancia Epidemiológica (SUAVE). Información hasta la SE 52 de 2021.

Tratamiento

El tratamiento médico es individualizado y se basa en fármacos inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina; antagonistas de los receptores de la angiotensina; diuréticos tiazídicos, como la hidroclorotiazida; bloqueadores de canales de calcio y beta bloqueadores.

Promoción

Aconsejar a las personas mantener un índice de masa corporal entre 18.5 y 24.9 kg/m², para prevenir el riesgo de hipertensión arterial sistémica.

Recomendar terapias conductuales acompañadas de técnicas de relajación para el manejo del estrés así como un plan de alimentación con consumo alto de frutas y vegetales e ingesta baja de grasas saturadas.

Aconsejar al paciente la reducción de sal en la dieta diaria familiar y la suspensión del hábito tabáquico y ofrecer su integración a grupos de apoyo.

Sugerir al paciente, disminuir el consumo excesivo de café y otros productos con alto contenido en cafeína.

Proponer al paciente, realizar cambios en su estilo de vida, dado que la suma de varias intervenciones reduce la presión sistólica 10 mm Hg o más, aproximadamente.

Prevención

- Realizar exploración neurológica para identificar probable daño a órgano blanco (cerebro).
- Realizar examen de agudeza visual (cuadro de Snellen), así como exploración de fondo de ojo para identificar retinopatía.
- Estimar Riesgo Cardiovascular en los pacientes adultos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Campos I Oviedo C Vargas J. (2022). Prevalencia, tratamiento y control de la hipertensión arterial en adultos mexicanos: resultados de la Ensanut 2022. *ENSANUT*, 169-171.
- Gobierno de Mexico Secretaria de Salud Direccion General de Epidemiologia. (2021). PANORAMA EPIDEMIOLÓGICO DE LAS ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES EN MÉXICO, CIERRE 2021 . *SALUD*, 3-17.
- INEGI. (6 de Julio de 2023). *ENCUESTA NACIONAL SOBRE SALUD Y ENVEJECIMIENTO EN MÉXICO (ENASEM) Y ENCUESTA DE EVALUACIÓN COGNITIVA* . Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASEM/ENASEM_21.pdf
- Instituto Mexicano del Seguro Social. (2014). Diagnóstico y Tratamiento de la Hipertensión Arterial en el Primer Nivel de Atención. *Guia de Practica Clinica*, 1-30. Obtenido de Diagnóstico y Tratamiento de la .
- Organización de las Naciones Unidas. (16 de Marzo de 2023). *Sitio Web Mundial*. Obtenido de Hipertensión : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Salud, S. d. (31 de Marzo de 2023). *Gobierno de Mexico*. Obtenido de En México, más de 30 millones de personas padecen hipertensión arterial: Secretaría de Salud: <https://www.gob.mx/salud/articulos/en-mexico-mas-de-30-millones-de-personas-padecen-hipertension-arterial-secretaria-de-salud>