



*Nombre del Alumno: **Jacqueline Montserrat Selvas Pérez***

*Nombre del tema: **super notas***

*Parcial: **2°***

*Nombre de la Materia: **Cardiología***

*Nombre del profesora: **Dra. Darinel Navarro***

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

*Semestre: **4°***

San Cristóbal de las Casas, Chis, 21 de abril del 2024

HAS SISTEMICA

GERIATRIA

01

¿Qué es?

La hipertensión arterial sistémica (HAS) es una enfermedad crónica, controlable de etiología multifactorial, que se caracteriza por un aumento sostenido en las cifras de la presión arterial sistólica (PS) por arriba de 140 mmHg, y/o de la presión arterial diastólica (PD) igual o mayor a 90 mmHg



02 Causas

Dependiendo de los factores asociados a su desarrollo, la HAS puede clasificarse como esencial

- (primaria) y secundaria.
- A todo paciente que presente cifras tensionales elevadas se le deberá realizar una valoración clínica completa
- Las primarias (esenciales) representan entre el 90-95% de los casos y son de etiología multifactorial; están relacionadas con:
 - **Antecedentes hereditarios de hipertensión**
 - **Sobrepeso y obesidad**
 - **Sedentarismo**
 - **Estrés mental**
 - **Hábitos alimenticios: consumo excesivo de** alimentos ricos en sodio y bajos en potasio, pobre ingesta de verduras y frutas
 - **Abuso en el consumo de alcohol y drogas**
 - **Tabaquismo**

Otros factores de riesgo que precipitan la aparición de HAS en individuos mayores de 30 años son:

- Uso de medicamentos (vasoconstrictores, antihistamínicos, esteroides, AINES)
- Diabetes mellitus (DM)
- Síndrome cardiometabólico

Únicamente son secundarias el 5-10% de los casos, y están asociadas a las siguientes causas:

- Apnea del sueño
- Insuficiencia renal crónica
- Aldosteronismo primario
- Enfermedad renovascular
- Feocromocitoma
- Coartación de la aorta
- Enfermedad tiroidea o paratiroidea
- Terapia con esteroides o síndrome de Cushing



03 Síntomas

El Las personas que tienen la tensión arterial muy alta (de 180/120 o más) pueden presentar estos síntomas:

- Dolor intenso de cabeza.
- Dolor en el pecho.
- Mareos.
- Dificultad para respirar.
- Náuseas.
- Vómitos.
- Visión borrosa o cambios en la visión.
- Ansiedad.



04 Diagnostico

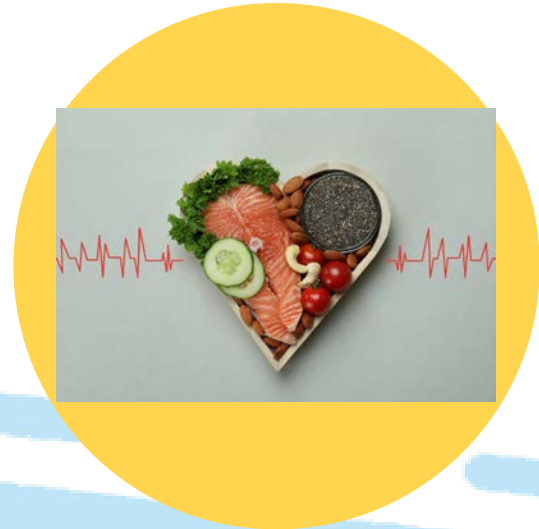
todo paciente que presente cifras tensionales elevadas se le deberá realizar una valoración clínica completa, con el objetivo de:

- Hacer un diagnóstico certero, empleando una técnica de medición de la tensión arterial adecuada (eliminar hipertensión reactiva o de bata blanca)
- Definir la gravedad según las cifras tensionales (clasificar)
- Identificar las causas de la hipertensión arterial
- Evaluar el estilo de vida del paciente y otros factores de riesgo o comorbilidades que puedan afectar el pronóstico y el tratamiento
- Identificar la presencia de daño a órganos blanco: enfermedades cardiovasculares (ECV), renales, y cerebrovasculares.

05

Tratamiento

El tratamiento debe iniciar con recomendaciones de un cambio en el estilo de vida. En el tratamiento farmacológico se deben considerar tanto las cifras de presión arterial como la presencia de otros factores de riesgo, el daño a órganos blanco y las condiciones clínicas asociadas



06

prevencion

Debido a que el riesgo natural de hipertensión aumenta con la edad (90%)¹² se deben aplicar medidas de prevención primaria, para evitar el aumento de los valores de PA y minimizar los factores causales en la población particularmente predispuesta, por ejemplo pacientes que presenten cifras en el rango de prehipertensión.



01 ¿Qué es?

Es cuando los receptores de insulina de las células del cuerpo no funcionan, por lo que la glucosa no puede entrar en éstas y utilizarse como energía. Se le conoce como diabetes no Insulinodependiente.



02 Causas

Podemos mencionar la herencia, la edad, patrones dietéticos ricos en grasas y azúcares, el sobrepeso, la obesidad, el sedentarismo y el tabaquismo entre otros.

En México, esta enfermedad afecta al 14.1 % de la población mayor de 20 años y su incidencia es cada vez mayor debido a cambios en los hábitos, como una vida más sedentaria y un mayor consumo de alimentos menos nutritivos y con más calorías, lo que incide en el número de personas con sobrepeso y obesidad.

03 Sintomas

Existen datos que indican la necesidad de acudir a revisión médica, como coloración oscura en cuello y axilas, aumento del apetito con pérdida de peso, aumento de la sed, orinar frecuentemente, cansancio e infecciones de la piel.



04 Diagnostico

Por lo general, la diabetes tipo 2 se diagnostica mediante la prueba de hemoglobina glucosilada A1c. Este análisis de sangre indica tu nivel promedio de glucosa en la sangre en los últimos dos o tres meses. Los resultados se interpretan de la siguiente manera:

- Por debajo del 5,7 % se considera normal.
- Entre 5,7 % y 6,4 % se diagnostica como prediabetes.
- Un nivel del 6,5 % o más en dos pruebas separadas se considera diabetes.



05 Tratamiento

El control de la diabetes tipo 2 incluye lo siguiente:

- Alimentación saludable.
- Ejercicio regular.
- Pérdida de peso.
- Posiblemente, medicamentos para la diabetes o tratamiento con insulina.
- Control de la glucosa en la sangre.

Estas medidas aumentan las probabilidades de que la glucosa en la sangre se mantenga en un rango saludable y pueden ayudar a retrasar o prevenir complicaciones.

06 Prevención

Es importante realizar cambios en los hábitos diarios para que éstos sean saludables, como puede ser una alimentación balanceada (baja en grasas y alta en fibra), realizar ejercicio de forma regular, bajar de peso, suspender consumo de alcohol y tabaco. También se deben implementar medidas para el cuidado de la piel, así como el correcto corte de uñas y aseo bucal, para prevenir la aparición de lesiones o infecciones.

Es recomendable, medir frecuentemente los niveles de glucosa, en su domicilio, con un glucómetro.

Prevención de complicaciones de la DM2

"Monitoreando ando... y mi salud cuidando"

Conclusiones

¡Gracias por su atención!

Elaborado por:
Cisneros Hernández Ari
Jiménez Pérez Jimena
Mata Morales Edna María
Orozco Díaz Sandra Patricia
Rivera Cedano Rafael Humberto