



UDS
Mi Universidad

Super Nota

Nombre del alumno (a): Paola González Mazariego

Nombre del tema: Hipertensión

Parcial: I

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Johanna Judith Casanova Ortiz

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3

Pichucalco Chiapas, 12 de junio del año 2025.

HIPERTENSIÓN

Es una condición médica que se caracteriza por tener la presión arterial elevada de manera persistente. Es de 140/90 mmHg o más. Muchas veces no presenta síntomas, lo que la convierte en un "asesino silencioso", y si no se controla, puede llevar a complicaciones serias como enfermedades cardíacas o accidentes cerebrovasculares.



CLASIFICACIÓN

Categoría	PAS (mmHg)		PAD (mmHg)
Óptima	< 120	y	< 80
Normal	120 - 129	y/o	80 - 84
Normal-alta	130 - 139	y/o	85 - 89
Hipertensión de grado 1	140 - 159	y/o	90 - 99
Hipertensión de grado 2	160 - 179	y/o	100 - 109
Hipertensión de grado 3	≥ 180	y/o	≥ 110
Hipertensión solo sistólica	≥ 140	y	<90

PAD: Presión arterial diastólica; PAS: presión arterial sistólica

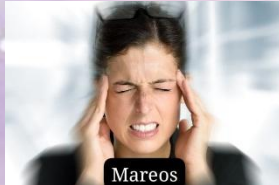
* Valores de PA de personas no tratadas.

SÍNTOMAS

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



Dolor intenso de cabeza



Mareos



Dificultad para respirar



Dolor en el pecho



Nauseas



Cambios de ritmo cardíaco

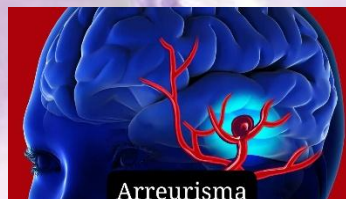
COMPLICACIONES



Problemas oculares



Ataque cardíaco



Arreurisma



Demencia



Problemas renales

FACTORES DE RIESGOS



TRATAMIENTO NUTRICIÓN



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/323994#-%3Cspan-class=%22anchor%22-id=%22signos%22-data-toc-label=%22Signos%22%3ESignos%3C/span%3E>

https://books.google.com.mx/books?id=1KL-7_XfRpMC&printsec=frontcover&dq=Qu%C3%A9+es+la+hipertensi%C3%B3n&hl=es-419&newbks=1&newbks_redir=0&source=gb_mobile_search&ovdme=1&sa=X&ved=2ahUKEwj4rWuzN2NAXXjO4BHY5_EG8Q6wF6BAgGEAU#v=onepage&q=Qu%C3%A9%20es%20la%20hipertensi%C3%B3n&f=false

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#:~:text=Se%20habla%20de%20hipertensi%C3%B3n%20cuando%20la%20presi%C3%B3n%20de,forma%20de%20detectarla%20es%20tomarse%20la%20tensi%C3%B3n%20art erial>