

Hipertensión Arterial.

La hipertensión arterial (HTA) es una enfermedad crónica muy extendida a nivel mundial. En España, se estima que el 35% de la población tiene la tensión más alta de lo normal. Con frecuencia, los pacientes no son conscientes de ello, ya que la hipertensión arterial no suele cursar con sintomatología en sus inicios. Sin embargo, unos valores de presión arterial elevados provocan daños en el organismo. Cualquier persona puede contribuir a reducir la presión arterial para prevenir el desarrollo de patologías asociadas.

La hipertensión arterial consiste en un incremento considerable de la presión en el interior de las arterias (los vasos sanguíneos que transportan la sangre desde el corazón a otras partes del cuerpo). Esta presión generada por el ritmo cardíaco y las paredes de los vasos sanguíneos se indica mediante dos valores expresados en milímetros de mercurio (mmHg). Se considera que la presión arterial está elevada cuando se registran valores superiores a 140/90 mmHg.

En el 90% de las ocasiones, las causas concretas de la hipertensión arterial no se pueden determinar. En estos casos se habla de hipertensión primaria o esencial. En el 10% restante, la hipertensión es consecuencia de otra patología (por ejemplo, enfermedades de los riñones o del sistema endocrino) o de la toma de medicamentos. Esta variante se denomina hipertensión secundaria.

La mayoría de las personas hipertensas no muestran sintomatología durante años o incluso décadas, lo cual entraña el riesgo de que no se detecte la enfermedad ni se administre el tratamiento oportuno. Durante ese tiempo la presión arterial elevada ocasiona con frecuencia daños en el organismo.

La hipertensión arterial prolongada puede deteriorar el corazón, los vasos sanguíneos, el cerebro, los ojos y los riñones. Estos daños pueden desencadenar patologías secundarias como infarto cardíaco o ictus cerebral. Por este motivo, es fundamental tratar a tiempo la hipertensión.

Las opciones disponibles para tratar la hipertensión arterial son múltiples y se establecen en función de cada caso concreto. Llevar un estilo de vida saludable es un aspecto clave y constituye un requisito indispensable para el tratamiento de la hipertensión. Las personas que siguen una dieta baja en sal, practican ejercicio físico con frecuencia y evitan el sobrepeso, pueden reducir su tensión de manera permanente. Además, es aconsejable que los hipertensos moderen o supriman la ingesta

de alcohol, eliminen o al menos restrinjan el consumo de tabaco, y disminuyan el estrés. Asimismo existen diversos fármacos que contribuyen a normalizar los valores de la presión arterial, como los diuréticos, betabloqueantes, inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina y bloqueadores de canales de calcio.

La evolución de la hipertensión arterial depende de muchos factores. En cada paciente es diferente y atiende, sobre todo, a la adherencia al tratamiento pautado y a los cambios en el estilo de vida que se adopten.

Fuente: http://www.onmeda.es/enfermedades/hipertension_arterial.html

Documento adaptado por Mónica Cirulli. Farmacéutica. Especialista en Farmacia Hospitalaria. Ex Residente Farmacéutica. Hospital Gral. De Agudos Dr. I. Pirovano. Para su publicación en la Página Web de la Asociación de Farmacéuticos Municipales del GCABA. Mayo de 2017.

www.afam.org.ar