

Objetivo General

Ayudar a la comunidad a controlar la hipertensión con la participación de campeones de la comunidad y el equipo clínico

Hipertensión 1, 2

- Una de las enfermedades más comunes en todo el mundo que afligen a los seres humanos
- La definición más ampliamente utilizada de la hipertensión fue publicada por el Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation & Treatment of High Blood Pressure (El Comité Nacional Conjunto de Prevención, Detección, Evaluación, y Tratamiento de la Presión Arterial) en su Séptimo Informe (JNC VII 2003)
- La clasificación de la presión arterial es el promedio de dos o más mediciones tomadas cada dos o más visitas después del examen inicial para los adultos mayores de 18 años
- La presión arterial sistólica normal (PAS) es inferior a 120 mmHg (mercurio); la presión arterial diastólica (PAD) es inferior a 80 mmHg
- Pre-hipertensión: PAS es de 120 mmHg a 139 mmHg y la PAD es de 80 mmHg a 89 mmHg
- Etapa 1: PAS es de 140 mmHg a 159 mmHg y la PAD es de 90 mmHg a 99 mmHg
- Etapa 2: PAS es igual o superior a 160 mmHg y el PAD es igual o superior a 100 mmHg

Presión Arterial

- La función general del sistema cardiovascular es entregar la sangre a los tejidos de modo que el oxígeno y los nutrientes se puedan proporcionar y al mismo tiempo los productos de desecho se eliminan. El flujo de sangre a los tejidos es impulsado por las diferencias en la presión entre los lados arterial y venos de la circulación. *Linda S. Constanzo Physiology 8th edition*

Causa de la Hipertensión

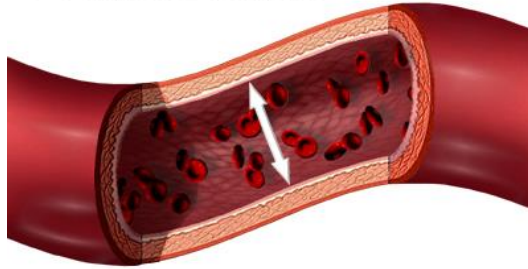
- Genética: defecto en los sistemas reguladores es decir, defectos en la excreción renal del Sodio.
- Estilo de Vida: obesidad, nutrición, y adicciones
- Secundaria a enfermedades de los riñones y otras enfermedades que afectan el rendimiento cardíaco o la resistencia periférica total.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los síntomas y signos de presiones sanguíneas altas
- Describir cómo se puede medir la hipertensión en el cuerpo
- Alentar a los pacientes a controlar y manejar su presión arterial alta
- Comprender las principales barreras que enfrentan los pacientes en el control de su presión arterial alta

Hipertensión / Presión Arterial Alta

Blood pressure is the measurement of force applied to artery walls



ADAM.

Sistemas que Controlan la Presión Arterial

- Reflejo del barorreceptor: este es un sistema que ayuda a regular la presión arterial en nuestros cuerpos. Lo hace en cuestión de segundos.
- La sistema renina-angiotensina-aldosterona: esta sistema regula la presión sanguínea que a su vez regula lentamente el volumen sanguíneo.

Hipertensión Crónica

- La sensibilidad de los barorreceptores pueden ser alterad por la enfermedad.
- Aumento de la ingesta de sodio que a su vez activa el sistema renina-angiotensina y la presión arterial es elevada.

La hipertensión es la enfermedad cardiovascular más frecuentemente tratada.

La hipertensión no tratada puede conducir a:

Complicaciones Renales

- Insuficiencia renal crónica
- Hipertensión renal
- Muerte

Complicaciones Cardiovasculares

- Insuficiencia cardíaca congestiva
- Muerte

Medición de la Presión Arterial³

- La presión arterial es la fuerza de la sangre que empuja contra las paredes de las arterias, mientras que el corazón bombea la sangre
- La presión arterial alta, llamada hipertensión, ocurre cuando esta fuerza es demasiado alta.
- **Presión Sistólica:** Presión arterial cuando el corazón late mientras bombea sangre.
- **Presión Diastólica:** Presión arterial cuando el corazón está en reposo entre los latidos

Estados de Alta Presión Sanguínea en Adultos

Stages	Systolic (top number)	Diastolic (bottom number)
Prehypertension	120–139	80–89
High blood pressure Stage 1	140–159	90–99
High blood pressure Stage 2	160 or higher	100 or higher

Medición de la Presión Arterial

Presión Arterial Normal

- Una presión sistólica por debajo de 120 mmHg, y una presión diastólica por debajo de 80 mmHg

Presión Arterial Anormal

- Superior a 120/80 mmHg

Tipos de Presión Arterial Alta

Presión Arterial Alta Primaria	Presión arterial alta secundaria
<ul style="list-style-type: none"> • Primaria o esencial, presión arterial alta es el tipo más común de presión arterial alta. • Se diagnostica en ausencia de una causa secundaria identificable. • Este tipo de presión arterial alta tiende a desarrollarse a lo largo de años como una persona envejece. • 95% de adultos estadounidenses 	<ul style="list-style-type: none"> • La presión arterial alta secundaria es causada por otras condiciones médicas: coartación de la aorta, enfermedades renales, feocromocitoma, y el síndrome de Cushing, también el uso de ciertos medicamentos. • Este tipo generalmente se resuelve después de que la causa es tratada o eliminada. • Menos de 5% de los casos

Gestión de la Hipertensión⁴

Plan de Tratamiento	Prevención del Inicio de la Hipertensión Arterial
<ul style="list-style-type: none"> • Diuréticos (píldoras de agua o líquidos) • Bloqueadores Beta • Inhibidores de la Enzima Convertidora de Angiotensina (ACE) • Bloqueadores de Receptor de Angiotensina II (ARBs) • Bloqueadores Alfa • Bloqueadores Alfa-Beta • Agentes Centrales • Vasodilatadores 	<p>Cambios en el estilo de vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimentación saludable • Estar físicamente activo • Mantener un peso saludable • Limitación de la ingesta de alcohol

Signos Clínicos y Síntomas

- Dolor de cabeza
- Mareo
- Tinte rosado (flushing)
- Visión borrosa
- ASINTOMÁTICO

Barreras que Enfrentan los Pacientes con Hipertensión

- Sistemas que descartan la hipertensión
- Falta de consistente seguimiento médico
- Incapacidad del proveedor para ajustar los regímenes de medicamentos
- Uso de los medicamentos
- Costo
- Los sistemas de creencias de pacientes descartan la hipertensión como un problema médico importante
- Falta de seguimiento médico consistente
- Falta del proveedor para ajustar los regímenes de fármacos para lograr el control
- Efectos secundarios de la medicación y la dosificación
- Falta de recursos económicos para acceder a la atención médica o comprar medicamentos
- La falta de cumplimiento de medicaciones

Recursos Disponibles para Ayudar a los Pacientes⁵

Barreras	Soluciones Potenciales
1. Actitudes	1. Educación, conferencias, publicación, etc.
2. Efectos secundarios médicos	2. Usar medicamentos con menos efectos secundarios, deslizando tasa de descuento
3. Costo de los medicamentos	3. Use diuréticos, de forma disponibles genérico
4. Adhesión a la medicación	4. Promoción de fortines, combinación de fármacos menos frecuentes
5. Acces	5. ACA
6. Conciencia	6. Educación pública, programas de cribado de la comunidad, farmacia, programas basadas en el trabajo

Escenario

Como Trabajador de Salud Comunitario, se le asigna para preparar una presentación a un grupo de padres en una pequeña clínica rural con respecto a la enfermedad cardíaca y la hipertensión. ¿Cómo abordara estatema? ¿Qué elementos debe incluir? ¿Qué herramientas se le puede dar a su público?

Cómo alentar a los pacientes a realizar un cribado adecuado ^{6,7}

- Análisis de sangre para examinar a los pacientes mayores de 18 años
- La monitorización ambulatoria de la presión arterial como el mejor método para confirmar un diagnóstico de hipertensión sospechosa
- Equipo de presión arterial
- Calibrar el monitor
- Realizar un seguimiento de las mediciones

Referencia de Pacientes a Programas Apropriados⁷

- Apoyar el desarrollo de un enfoque de equipo para proporcionar atención a los pacientes y delinear las funciones y responsabilidades de cada miembro del equipo en el manejo de la hipertensión
- Capacitar y proporcionar tecnología para la gestión de la población – observar tendencias y mejoras en la población de pacientes con hipertensi
- Facilitar reuniones regulares de equipo y nuevos procesos de comunicación
- Involucrar los pacientes en el programa de autogestión
- Remitir a los pacientes a los programas de préstamo de monitores para los pacientes que no pueden comprarlos

Referencias

1. <http://www.hrsa.gov/quality/toolbox/measures/hypertension/>
2. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-pro/resources/heart/hispanic-health-manual/session-4#handouts>
3. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbp>
4. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbp/treatment>
5. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1993926/table/tb1/>
6. <http://www.aafp.org/news/health-of-the-public/20151015htnprevrec.html>
7. https://www.healthit.gov/sites/default/files/13_bptoolkit_e13l.pdf