

Para obtener más información acerca de la hipertensión y el tratamiento de la presión arterial, visite:
www.vardguiden.se
www.sjukvardsradgivningen.se
www.sbu.se
www.allahjartan.se (AstraZeneca)
www.pfizer.se

Datos de contacto:
 Para cualquier pregunta o duda contáctese con una enfermera del Consultorio Cardíaco del Hospital Södersjukhuset:
 Teléfono: 08-616 30 20,
 Lunes a jueves: 09:00 - 14:00 h;
 viernes: 09:00 - 11:30 h

¿Qué medicamentos se emplean en el tratamiento de la hipertensión?

Se aplican básicamente cinco clases de fármacos en el tratamiento de la presión arterial: eliminadores de líquidos (diuréticos de tipo tiazida), inhibidores de los canales de calcio, inhibidores de ACE, inhibidores de los receptores de angiotensina (ARB) y betabloqueadores. En ocasiones se emplean medicamentos de otro tipo en el tratamiento de la presión arterial. A menudo se requiere una combinación de dos o más hipotensores para reducir la presión arterial hasta un nivel suficiente. Los fármacos hipotensores habituales suelen ofrecer una adecuada tolerancia, es decir, raras veces ocasionan efectos secundarios. No obstante, todos los medicamentos pueden acarrear efectos secundarios y, en caso de que éstos sean graves o molestos, pueden probarse a menudo otros fármacos para lograr la deseada reducción de la presión arterial.

En la mayoría de los casos, el tratamiento de la presión arterial ha de considerarse un tratamiento de por vida. El efecto hipotensor sólo se obtendrá mientras se siga administrando el fármaco. La presión arterial suele modificarse con el tiempo, por lo que resulta fundamental su periódica comprobación. Una presión arterial bien ajustada debe verificarse como mínimo un par de veces al año, mientras que, si no se ha tratado lo suficiente, los controles han de realizarse con una mayor frecuencia hasta conseguir situarla a un nivel apropiado. Si lo desea puede adquirir también un indicador de la presión arterial (por ejemplo, en la farmacia). Ahora bien, deberá corroborarse la adecuada calibración de este aparato comprobando al mismo tiempo la presión arterial en algún centro médico y el medidor para asegurarse de que coincidan. No obstante, aunque se realicen controles en casa, se recomienda seguir controlando periódicamente la presión arterial en alguna instancia sanitaria.


SÖDERSJUKHUSET

SJUKHUSBACKEN 10, 118 83 STOCKHOLM, TEL. 08-616 10 00
 AUTOBÚS SL 3, 4, 74, 164 TREN DE CERCANÍAS STOCKHOLM SÖDRA
WWW.SODERSJUKHUSET.SE

EN CASO DE PADECER

HIPERTENSIÓN

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE




SÖDERSJUKHUSET

ÁREA OPERACIONAL DE CARDIOLOGÍA

¿Qué es la presión arterial?

Para que el corazón pueda hacer circular la sangre por el cuerpo se requiere una presión, la presión arterial. Ésta viene condicionada por diversos factores, entre otros, el efecto de bombeo del corazón, el grado de esclerosis arterial y la actividad de los distintos sistemas hormonal y nervioso. La presión arterial suele variar considerablemente a lo largo del día. Es baja normalmente durante el reposo y alcanza un nivel mínimo en el sueño nocturno, aumentando con el esfuerzo, el estrés y el dolor.

¿Cómo se mide la presión arterial?

Se suele comprobar en uno de los antebrazos y se mide en milímetros de mercurio (mmHg). La presión arterial se divide en presión positiva (sistólica) y negativa (diastólica). La presión sistólica es la presión máxima generada durante la contracción del corazón, cuando éste bombea sangre en el sistema circulatorio, mientras que la diastólica es la presión mínima que se obtiene en la fase de relajación del músculo cardíaco.

La presión arterial se suele medir con la persona recostada y tras un momento de reposo. A veces se efectúa una medición de 24 horas, donde el indicador de presión arterial realiza automáticamente una serie de mediciones durante 24 horas para analizar con mayor detalle las variaciones de dicha presión a lo largo del día.

¿Qué nivel se considera hipertensión?

La presión arterial será excesiva si supera en reposo los 140/90 mmHg. Si se padece de diabetes o insuficiencia renal, la persona es hipertensa al sobrepasar los 130/80 mmHg. En ambos casos se considera que existe hipertensión. Si la presión sanguínea se sitúa próxima a los valores límite indicados, es probable que se requiera efectuar varias mediciones a fin de determinar si la persona en cuestión es hipertensa.

¿Es frecuente la hipertensión?

La hipertensión es un fenómeno común. Cerca del 20-25% de la población adulta sueca es hipertensa. El riesgo de sufrir hipertensión aumenta con la edad.

¿A qué se debe la hipertensión?

Sólo en una pequeña cantidad de las personas que desarrollan hipertensión puede determinarse una causa específica. En ese caso se habla de hipertensión secundaria. Suele tratarse de determinadas afecciones renales o alteraciones hormonales. Sin embargo, en la gran mayoría de las personas

hipertensas no puede apuntarse un motivo concreto, sino una combinación de distintos factores. A ello se denomina hipertensión primaria. Entre las posibles causas conocidas están la predisposición genética, el sobrepeso, el consumo excesivo de alcohol, la vida sedentaria, una elevada ingestión de sal y el estrés psíquico.

¿Qué riesgos conlleva la hipertensión?

Una hipertensión sostenida implica el sobreesfuerzo de los vasos sanguíneos. Ello provoca el endurecimiento de las arterias (arteriosclerosis), que puede originar el bloqueo o ruptura de los vasos sanguíneos de distintas partes del cuerpo, lo que a su vez puede desembocar en dolencias graves e incluso mortales como apoplejía (debida a un trombo o un derrame cerebral), angina de pecho, infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca, afecciones renales, claudicación intermitente y enfermedades oculares.

¿Es peligroso ser hipotenso?

Por lo general, cuanto más baja sea la presión sanguínea mejor, siempre que no llegue a un nivel que provoque, por ejemplo, mareos y vahídos al incorporarse.

¿Vale la pena reducir la presión arterial?

Numerosos estudios demuestran que el descenso de la presión sanguínea en los hipertensos reduce el riesgo de padecer las dolencias mencionadas anteriormente.

¿Qué puedo hacer yo para reducir la presión sanguínea?

Un cambio en el estilo de vida puede contribuir a bajar la presión sanguínea y, con ello, el riesgo de sufrir las enfermedades asociadas a la hipertensión. Se recomienda, por ejemplo, practicar ejercicio con regularidad, adelgazar (si se padece sobrepeso), seguir una dieta más equilibrada, evitar la ingesta de alcohol, reducir los niveles de estrés y dejar de fumar. En la mayoría de las personas hipertensas no basta con los cambios en el estilo de vida para reducir la presión arterial hasta un nivel apropiado, sino que se requiere también medicación.