

Hipertensión arterial: una introducción general

Armando Vidalón-Fernández

RESUMEN

La hipertensión arterial representa un importante problema de salud pública y su prevalencia se incrementa dramáticamente con la edad. En nuestro país un elevado porcentaje de la población adulta padece de hipertensión arterial, con el consecuente aumento del riesgo de enfermedad cardiovascular. Esto nos obliga a considerar seriamente cambios en estilos de vida (hábitos en actividad física y alimentación), así como el uso de terapia antihipertensiva en aquellos individuos en quienes es necesario prevenir serias complicaciones sobre órganos blanco. El presente simposio tiene por finalidad mejorar el conocimiento de esta importante entidad mórbida.

Palabras clave: Hipertensión arterial, prevalencia, población adulta, salud pública, estilos de vida, terapia antihipertensiva.

ABSTRACT

Arterial hypertension represents an important public health problem, its prevalence dramatically increasing with age. In our country, a high percentage of the adult population has arterial hypertension with increased risk of cardiovascular disease. It forces us to seriously consider changes in our life style (physical activity and food habits) as well as the use of antihypertensive therapy in individuals for preventing serious complications of target organs. The goal of the current symposium is to improve knowledge on this disease.

Keywords: Arterial hypertension, prevalence, adult population, public health, life styles, antihypertensive therapy.

INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial representa un problema de salud pública, altamente prevalente en las diversas latitudes del orbe, requiriéndose cada vez mayor difusión de su conocimiento a nivel poblacional, con miras a una oportuna detección y mejor control de las cifras tensionales.

Esta prevalencia se incrementa sostenidamente con la edad, tanto así que más de 60% de hombres y mujeres mayores de 65 años cursa con hipertensión y, como la población continúa en ascenso con la edad promedio, paralelamente se presenta un mayor número de individuos hipertensos.

En nuestro medio, estudios recientes revelan que aproximadamente una cuarta parte de la población adulta padece de

hipertensión arterial, siendo a su vez causa del 30% de los pacientes que ingresan a diálisis, representando por otro lado el factor de riesgo más importante de los accidentes cerebrovasculares (75%), infarto del miocardio e insuficiencia cardíaca.

A cualquier edad, los valores más altos de presión arterial se correlacionan bien con mayor riesgo cardiovascular, e incluso leves aumentos de la presión arterial pueden ocasionar daño al sistema vascular. De igual forma, pequeñas reducciones en la presión arterial de la población en su conjunto, particularmente en el grupo considerado 'nivel alto normal', es de esperar produzca significativos beneficios.

Cambios en los estilos de vida, tales como reducción del peso, aumento de la actividad física y modificaciones de la dieta, que incluya disminución de la sal e incremento en alimentos con alto contenido de potasio, granos, frutas, vegetales y productos no grasos, pueden ser de valor, sin necesidad de re-

Médico Nefrólogo.
Profesor cesante de la Facultad de Medicina de San Fernando. Universidad Nacional Mayor de San Marcos

currir a la drogoterapia. La obesidad no solo es la causa ambiental más común de hipertensión, sino que favorece de manera importante la aparición de dislipidemia y diabetes. Desafortunadamente, el sobrepeso, particularmente abdominal, se halla en aumento.

Los avances en la terapia antihipertensiva durante los últimos treinta años, ha repercutido favorablemente en el mejor control de la hipertensión. Diversas clases de medicamentos han sido incorporados al armamentario terapéutico, y hoy existe la capacidad de normalizar la presión arterial en la mayoría de sujetos hipertensos, previniendo serias complicaciones en órganos blanco.

No obstante el buen conocimiento de estos beneficios, el control de la hipertensión, incluso en países desarrollados, dista mucho de ser óptimo. Diversos factores son considerados responsables, pero principalmente la poca atención de la clase médica en su mejor manejo, y la falla de los pacientes en adherirse a la terapia prescrita. Consecuentemente, se requiere capacitación en ambos grupos, antes de aspirar a mejores resultados.

En el presente simposio contamos con la participación de prestigiosos investigadores nacionales, quienes nos brindan información actualizada de los principales aspectos de la hipertensión, que consideramos de inestimable valor en el mejor conocimiento de esta condición.