

Nueva pauta para el tratamiento de la presión arterial alta en adultos

La presión arterial alta o **hipertensión** es una de las afecciones de adultos observadas con más frecuencia en los centros de atención primaria.

La medición de la presión arterial consta de 2 números: la **presión arterial sistólica** (el número más alto) y la **presión arterial diastólica** (el número más bajo). La presión arterial alta se da cuando cualquiera de estos números se encuentra demasiado alto, hecho que puede ocurrir sin presentar síntomas. La presión arterial alta puede derivar en ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal. El tratamiento de la presión arterial alta previene estas complicaciones y es importante, incluso, cuando no se manifiestan síntomas perceptibles.

Las pautas son instrucciones que ayudan a los médicos a decidir el mejor tratamiento para el paciente. En el número de *JAMA* del 5 de febrero de 2014, aparece una nueva pauta para el tratamiento de la presión arterial alta basada en las últimas investigaciones. Esta pauta indica cuándo usar medicamentos para tratar la presión arterial alta y qué medicamentos usar, pero también resalta que las personas con esta afección deben mantener un estilo de vida saludable (dieta con bajo contenido de sal y ejercicio) además de tomar medicamentos. Las principales recomendaciones sobre medicamentos incluyen lo siguiente:

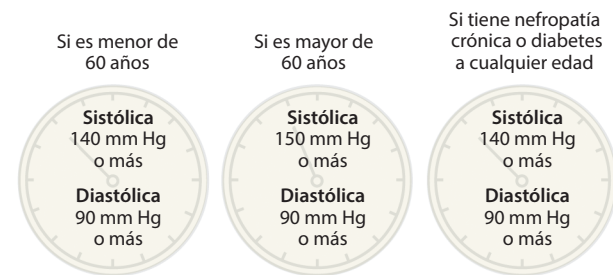
1. En adultos mayores de 60 años, la medicación se debe iniciar cuando la presión arterial sistólica es de 150 mm Hg o más, o cuando la presión arterial diastólica es de 90 mm Hg o más.
2. En adultos menores de 60 años, la medicación se debe iniciar cuando la presión arterial sistólica es de 140 mm Hg o más, o cuando la presión arterial diastólica es de 90 mm Hg o más.
3. En adultos con nefropatía crónica o diabetes, sin importar la edad, la medicación para la presión arterial debe iniciarse cuando la presión arterial sistólica es de 140 mm Hg o más, o la presión arterial diastólica es de 90 mm Hg o más.
4. Si la presión arterial objetivo no se alcanza dentro del primer mes de iniciada la medicación, se deberá aumentar la dosis del medicamento o agregar otra medicación.

La pauta también recomienda los tipos de medicamentos para la presión arterial que son mejores para las distintas personas, y subraya que las decisiones de tratamiento deben tener en cuenta las circunstancias particulares de cada individuo.

Las recomendaciones 1 y 3 anteriores representan cambios con respecto a la práctica habitual. Anteriormente, se recomendaba el tratamiento con medicamentos para personas mayores de 60 años que tuvieran una presión arterial sistólica de 140 mm Hg o más, y para personas con nefropatía crónica o diabetes que tuvieran una presión arterial superior a 130/80 mm Hg.

Si tiene preguntas o inquietudes acerca de su presión arterial, consulte a su médico de atención primaria.

¿Cuándo se recomienda iniciar la medicación según las pautas?



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Heart, Lung, and Blood Institute (Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre)
www.nhlbi.nih.gov/guidelines/hypertension

+ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, visite el enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en jama.com. Muchas están disponibles en inglés y en español. Para una descripción general de la presión arterial y de cómo se mide, consulte la Hoja para el Paciente de JAMA sobre hipertensión publicada en el número del 25 de junio de 2008.

Autora: Jill Jin, MD, MPH

Fuente: National Heart, Lung, and Blood Institute

Corrección: Este artículo se corrigió en línea el 7 de febrero de 2014, por un error de contenido.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.