

HIPERTENSION ARTERIAL

Este artículo reseña las recomendaciones de la Sociedad Británica de Hipertensión 1 que son las de la Asociación Canadiense 2 y las del sexto reporte del Joint National Committee del Instituto Nacional del Salud de Estados Unidos 3 sobre el monitoreo de la presión arterial en la población y la conducta a seguir por el médico general

- Medir la presión arterial a los adultos por lo menos cada 5 años.
- Si alcanza valores de 135-139/85-89 mm hg ó >: medir una vez por año.
- Si alcanza valores de 140-159/90-99 mm hg reducir la ingesta de sal, bajar de peso (si es necesario), reducir el consumo de tabaco y alcohol y aumentar la actividad física.
- Si continúan esos valores a pesar de lo anterior, prescribir un fármaco a los pacientes que tengan factores de riesgo: diabetes, daño cerebrovascular, cardíaco ó renal ó combinación de factores de riesgo.
- Si luego de repetidas medidas, la presión sistólica permanece al menos en 160 mm hg ó la diastólica en 100 mm hg después de medidas no farmacológicas, comenzar la terapia con fármacos.
- El objetivo del tratamiento es obtener valores < 140/85 mm hg (<150/90 es aceptable). En diabéticos 140/80 mm hg.

Bibliografía

- 1- Ramsay L E et al «British Hypertension Society guidelines for hypertension management 1999: summary»BMJ 1999;319:630-635.
- 2- Recommandations de 1999 pour le traitement de l'hypertension artérielle au Canada Can Med Ass J 1999;161(12 suppl):SF1-SF25
- 3- National Institutes of Health « The sixth report of de joint National Committee of prevention, detection, evaluation and treatment of high blood pressure»Archives of Int Med 1997;157:2413-46