

**PRESENTACION DE COMUNICACIONES**  
**FECHA LÍMITE DE RECEPCION: 31 DE DICIEMBRE DE 2006**

**TÍTULO: NIVELES DE PREVENCIÓN EN LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

**AUTORES: M<sup>a</sup> del Rosario Alcaide Barroso. M<sup>a</sup> Luisa Suárez Moreno.**

**CENTRO: Hospital Universitario “Virgen del Rocío”**

**CIUDAD: Sevilla**

### **INTRODUCCIÓN**

La hipertensión arterial remite una gran importancia en la población actual, ya que es uno de los factores más importantes implicado en el desarrollo de la patología cardiovascular, siendo ésta de una elevada morbimortalidad.

El riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular en el paciente con HTA puede ser modificado por otros factores de riesgo, ya que, la acción de varios de estos factores será siempre más determinante que la acción aislada de sólo uno de ellos. Esto hace que sea de gran importancia abordar la actividad preventiva mediante un planteamiento multifactorial.

La Atención Primaria es el ámbito idóneo para llevar a cabo actividades preventivas en el campo de la HTA, haciéndose necesaria una actuación lo más temprana posible. En este contexto podemos actuar desde tres niveles de prevención: prevención primaria, prevención secundaria y prevención terciaria.

Es por ello por lo que en este trabajo nos plantemos como objetivo exponer los diferentes niveles de prevención y las actuaciones pertinentes que estarían dentro de cada uno de estos niveles. Estas actuaciones serán aplicables al paciente en función del estado de evolución en el que se encuentre su patología hipertensiva, posibilitando evitar y/o limitar complicaciones de mayor gravedad.

### **MATERIAL Y MÉTODO**

Se ha realizado una revisión de documentación en soporte informático a través de internet, con los prescriptores: hipertensión arterial y prevención. De los resultados obtenidos han sido revisados 12 documentos. Se ha llevado también a cabo una revisión bibliográfica en soporte papel.

De esta información concluimos un resumen sobre actuaciones y niveles de prevención.

### **RESUTADOS**

#### **PREVENCIÓN PRIMARIA**

Dentro de la Prevención Primaria se realizarán actividades dirigidas a evitar la aparición de la HTA, irán dirigidas al total de la población con el objetivo de evitar su desarrollo.

Las acciones preventivas a realizar serán:

- Promoción de la Salud : promover un estilo de vida saludable mediante el ejercicio físico moderado, dieta equilibrada, vigilar el aporte de sodio, mantener un peso adecuado, evitar tabaco y alcohol, y mantener el equilibrio emocional evitando el stress.

- Educación para la Salud: facilitar la formación, y no sólo la información, de los hábitos de vida saludables en la población mediante educadores a nivel social, familiar y escolar.

Estas estrategias de prevención, por el gran volumen de la población a la que van dirigidas, son susceptibles de ser planteadas mediante campañas en la sociedad con equipos multidisciplinares.

## **PREVENCIÓN SECUNDARIA**

El objetivo en este nivel será reducir el impacto de la HTA una vez desarrollada, mediante una detección temprana y su adecuado control y tratamiento. Las actividades a desarrollar irán encaminadas a minimizar la morbimortalidad cardiovascular.

En este nivel destacar las técnicas de cribaje y despistaje, el tratamiento farmacológico individualizado, así como el tratamiento no farmacológico incidiendo en los hábitos de vida saludable que forman parte de la prevención primaria.

## **PREVENCIÓN TERCIARIA**

Las medidas a tener en cuenta irán encaminadas a reducir la incidencia de las complicaciones secundarias de la HTA, así como a evitar la aparición de otras nuevas.

Habrà que mantener las actividades propias de la prevención primaria y secundaria (hábitos de vida saludable, tratamiento farmacológico,...) añadiendo un seguimiento más exhaustivo de éstos pacientes, y considerando la utilización de otros fármacos encaminados a la prevención de complicaciones en la enfermedad cardiovascular.

## **CONCLUSIÓN**

Con esta información queremos resaltar la importancia del tipo de prevención más adecuada en función del estadio de la HTA, y de llevarla realmente a la práctica de forma precoz y eficaz, evitando, o limitando si fuese el caso, la evolución hacia una patología cardiovascular de mayor gravedad.