



GUÍA RÁPIDA DE MANEJO DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

Actualizado junio 2022.

La toma de Presión Arterial (PA) debe realizarse con la técnica correcta. Se recomienda la medición de la PA al menos una vez antes de los 14 años; una vez al año desde los 14 años. **CLASIFICAR:**

	ESTADIOS	TRATAMIENTO	CONTROLES
PAS: 120-139 / PAD: 81-89	Normal - Alta	EVS (*)	anuales
PAS: 140-159 / PAD: 90-99	1	1 fármaco	trimestrales
PAS: 160-179 / PAD: 100-109	2	2 fármacos	mensuales
PAS: > 180 / PAD: > 110	3	3 fármacos	semanales

Objetivos de PA: < 140 / 90 en población general. < 130 / 80 en Diabetes y Enfermedad Renal Crónica

(*) **EVS, Estilo de Vida Saludable:** hábitos que incluyan:

AUMENTAR: Ingesta de agua / Consumo de frutas y verduras / Actividad Física / Calidad de sueño.

DISMINUIR: Consumo de sal y alimentos procesados (exceso de sodio) / **EVITAR:** alcohol y tabaco.

ESTADIO 1	1 fármaco	Enalapril / Losartán (en caso de intolerancia a Enalapril)
ESTADIO 2	2 fármacos	Enalapril o Losartán + Amlodipina
ESTADIO 3	3 fármacos	Enalapril o Losartán + Amlodipina + Hidroclorotiazida

BETABLOQUEANTES (Carvedilol); de elección en pacientes con cardiopatía isquémica (en IC titulación progresiva según FC). No deben utilizarse en monoterapia como fármacos de 1era línea en la HTA.

Enalapril: NO UTILIZAR en mujeres en edad fértil.

DERIVAR: Estadio 3 que no responde al tratamiento en 1 mes / FRCV + LOB / HTA y embarazo alto riesgo.

Valsartán: su uso debe ser considerado en el siguiente nivel de atención.

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR (FRCV): Diabetes / Obesidad / Sedentarismo / Dislipidemia / Tabaquismo / Historia familiar de enfermedad coronaria / Apnea Obstructiva de Sueño / Hombre > 45 años / Mujer > 55 años o menopausia precoz. **LESIÓN DE ÓRGANOS BLANCO (LOB):** Corazón (Hipertrofia Ventricular Izquierda / Insuficiencia Cardíaca Congestiva) / Riñones (Enfermedad Renal Crónica) / Ojos (Retinopatía) / Arterias (Arteriopatía periférica).

CRISIS HIPERTENSIVAS.

URGENCIA HIPERTENSIVA; elevación aguda de la PA, que no se acompaña de lesiones que comprometan la vida de forma inmediata y, por tanto, permite que pueda corregirse de forma gradual en un período de 24-48 h con antihipertensivos administrados por vía oral.

EMERGENCIA HIPERTENSIVA: elevación aguda de la PA que se acompaña de alteraciones en los órganos diana (corazón, cerebro, riñón), conlleva un compromiso vital inmediato y, por tanto, obliga a un descenso en un plazo máximo de 1 hora mediante medicación parenteral.