



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 262/319 - MEDIDAS FARMACOLÓGICAS Y NO FARMACOLÓGICAS: UN ASPECTO A TENER MUY EN CUENTA EN LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

V. Cambero Cortés<sup>a</sup>, E. Jiménez Baena<sup>b</sup>, R. López Sánchez<sup>c</sup>, F. González García<sup>d</sup>, L. Gómez Ruiz<sup>e</sup> y M. Turégano Yedro<sup>f</sup>

<sup>a</sup>Médico Residente de 1<sup>er</sup> año. Centro de Salud Nuevo Cáceres. <sup>b</sup>Médico Residente de Cardiología. Hospital Universitario Virgen del Rocío. Sevilla. <sup>c</sup>Médico Residente de 2<sup>o</sup> año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Dávila. Cantabria. <sup>d</sup>Médico Residente de 1<sup>er</sup> año de Medicina Familiar y Comunitaria. Hospital de Sierrallana. Torrelavega. Cantabria. <sup>e</sup>Médico Residente de 4<sup>o</sup> año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Dávila. Cantabria. <sup>f</sup>Médico Residente de 3<sup>er</sup> año. Centro de Salud San Jorge. Cáceres.

### Resumen

**Objetivos:** Determinar cuántos pacientes seguían medidas higiénico-dietéticas, el tiempo que llevan con la enfermedad y el número de antihipertensivos de pacientes diagnosticados de Hipertensión arterial (HTA) en un Centro de Salud urbano.

**Metodología:** Estudio observacional, descriptivo y unicéntrico en condiciones de práctica clínica de pacientes seleccionados aleatoriamente por un médico residente de Medicina Familiar y Comunitaria en un Centro de Salud urbano. Los datos se obtuvieron a través de la historia clínica informatizada. Se registraron variables como el porcentaje de pacientes con HTA que seguían medidas higiénico-dietéticas, los años desde que se diagnosticó y el número de tratamientos. Las medidas no farmacológicas consideradas, fueron medidas higiénico-dietéticas, como práctica de ejercicio físico habitual, así como dieta con restricción de sal. Se registraron por medio de entrevista clínica.

**Resultados:** Se incluyó en el estudio a 150 pacientes (43% varones y 57% mujeres) con edad media de 69,15 años y una desviación estándar de  $\pm 12,33$  años, de entre los cuales, el 98% tenía pautado tratamiento antihipertensivo frente al 2% que no tenía y que únicamente seguía medidas higiénico-dietéticas para el control de la HTA. Según el número de fármacos destinados al control de la enfermedad, el 41,33% tenía monoterapia, el 43,33% consumía dos fármacos, el 11,33% tenía triple terapia antihipertensiva y, únicamente el 2% tomaban más de 3 fármacos. Sin embargo, únicamente el 18% negaba llevar estilo de vida saludable, ya que el 82% admitía seguir medidas higiénico-dietéticas para la HTA. Respecto a los años de evolución de la enfermedad, 26 pacientes, es decir, un 17,33% de la muestra; había sido diagnosticado en el último año, frente al 51,33% que llevaba entre 1 y 5 de años, el 19,33% entre 5 y 10 años, y el 12% padecía HTA desde más de 10 años.

**Conclusiones:** La HTA es una de las patologías más frecuentes en la población general, y su prevalencia aumenta exponencialmente en edades más avanzadas. Además, un mal control de ésta guarda relación con la aparición de múltiples eventos cardiovasculares y cerebrovasculares, por lo que el tratamiento farmacológico y las medidas no farmacológicas son fundamentales a la hora de

abordar y manejar dicha enfermedad.