

Hipertensión arterial

Detección y diagnóstico

- La presión arterial debe medirse en cada consulta de rutina. A los pacientes que presenten registros de presión arterial altos se les debería confirmar el valor en otro día (recomendación grado B).

Objetivos

- Las personas con DBT e hipertensión arterial deben alcanzar un valor de presión arterial sistólica menor de 140 mm Hg (recomendación grado A).
- Puede ser apropiado un objetivo de presión arterial sistólica más bajo, menor de 130 mm Hg, en ciertos individuos, como ser los pacientes más jóvenes, si esto se puede lograr sin una carga de tratamiento inapropiada (recomendación grado C).
- Los sujetos con DBT deben mantener un valor de presión arterial diastólica menor de 90 mm Hg (recomendación grado A).
- Puede ser apropiado un objetivo de presión arterial diastólica inferior, menor de 80 mm Hg, en sujetos más jóvenes, si esto se puede lograr sin una carga de tratamiento inapropiada (recomendación grado B).

Tratamiento

- Los pacientes con valores de presión arterial mayores de 120/80 mm Hg deben ser asesorados sobre cambios en el estilo de vida para reducir dichas cifras (recomendación grado B).
- Los sujetos que presenten registros confirmados en el consultorio de presión arterial superiores a 140/90 mm Hg, además de recibir consejos sobre cambios en el estilo de vida, deben recibir tratamiento farmacológico con una titulación oportuna posterior para lograr las metas de presión arterial (recomendación grado A).
- Los cambios en el estilo de vida para la hipertensión arterial consisten en pérdida de peso, si tiene sobrepeso u obesidad; cumplir un plan alimentario como el *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) que incluya reducción de la ingesta de sodio y aumento de la de potasio; moderación en la ingesta de alcohol y aumento de la actividad física (recomendación grado B).
- El tratamiento farmacológico para los pacientes con DBT e hipertensión arterial debe incluir un fármaco inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (IECA) o un bloqueante de los receptores de angiotensina (BRA) (recomendación grado B). Si una clase de agente no es tolerada, debe ser sustituida (recomendación grado C).
- Se requiere generalmente terapia con múltiples fármacos (entre los que se incluye un diurético tiazídico y un IECA o BRA en dosis máximas) para alcanzar los objetivos de presión arterial (recomendación grado B).
- Si se utilizan IECA, BRA o diuréticos se debe controlar la tasa de creatinina/filtrado glomerular y los niveles séricos de potasio (recomendación grado E).
- En embarazadas con DBT e hipertensión arterial crónica, se sugiere un valor objetivo de presión arterial de 110-129/65-79 mm Hg para optimizar la salud materna y reducir al mínimo el riesgo de restricción del crecimiento fetal. Se encuentran contraindicados los IECA y los BRA durante el embarazo (recomendación grado E).