

VÍA CLÍNICA DE HIPERTENSIÓN



Juntos transformemos
Yucatán
GOBIERNO DEL ESTADO

A

MEDICIÓN PRECISA DE LA PRESIÓN ARTERIAL

Medir la presión arterial a todas y todos los adultos en las consultas

- 1 NO CONVERSAR**
Hablar o escuchar de forma activa agrega hasta 10 mmHg
- 2 APOYAR EL BRAZO A LA ALTURA DEL CORAZÓN**
No apoyar el brazo agrega hasta 10 mmHg
- 3 COLOCAR EL BRAZALETE EN EL BRAZO SIN ROPA**
La ropa gruesa agrega hasta 5-50 mmHg
- 4 USAR EL TAMAÑO DE BRAZALETE ADECUADO**
Un manguito pequeño agrega de 2 a 10 mmHg



B

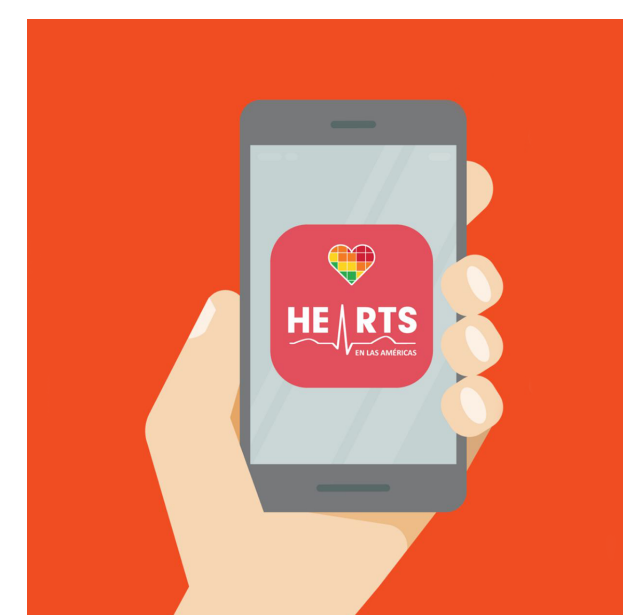
RIESGO CARDIOVASCULAR

Descubra el riesgo de enfermedad cardiovascular y cómo modificarlo

- 5 APOYAR LA ESPALDA**
No apoyar la espalda agrega hasta 6 mmHg
- 6 NO CRUZAR LAS PIERNAS**
Tener las piernas cruzadas agrega de 2 a 8 mmHg
- 7 TENER LA VEJIGA VACÍA**
Tener la vejiga llena agrega hasta 10 mm
- 8 APOYAR LOS PIES**
No apoyar los pies agrega hasta 6 mmHg

CALCULADORA DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Utilice la aplicación de **HEARTS** para evaluar su riesgo cardiovascular



Esta aplicación no reemplaza el juicio clínico



Escanee el código para acceder a la Calculadora de Riesgo Cardiovascular.



Siempre que estén disponibles, utilice dispositivos automáticos validados para el brazo

C

PROTOCOLO DE TRATAMIENTO

Inicie el tratamiento inmediatamente luego de confirmar hipertensión

Presión Arterial $\geq 140/90$ mmHg en todos los HIPERTENSOS
Presión Sistólica ≥ 130 mmHg en HIPERTENSOS DE ALTO RIESGO
(Enfermedad Cardiovascular Establecida, Diabetes, Enfermedad Renal Crónica, Puntaje de Riesgo $\geq 10\%$)

RIESGO CARDIOVASCULAR

	TODOS CON HIPERTENSIÓN	Personas con hipertensión y ALTO RIESGO	
		CON enfermedad cardiovascular establecida	SIN enfermedad cardiovascular establecida
META de presión arterial $<140/90$ mmHg	✓		
META de presión arterial sistólica <130 mmHg		✓	✓
ASPIRINA 100 mg/día		✓	
ESTATINA dosis alta: ATORVASTATINA 40 mg/día		✓	
ESTATINA dosis moderada: ATORVASTATINA 20 mg/día			✓



Evitar el consumo de alcohol



Índice de masa corporal entre 18,5 y 24,9



Evitar alimentos altos en sodio

1

1 comprimido de Telmisartán 40 mg+
1 comprimido de Amlodipino 5 mg

1 MES



Realizar 30 minutos de actividad física

2

PACIENTE FUERA DE META LUEGO DE REPETIR MEDICIÓN:

2 comprimidos de Telmisartán 40 mg+
2 comprimidos de Amlodipino 5 mg

1 MES



Mantener una alimentación saludable

3

PACIENTE FUERA DE META LUEGO DE REPETIR MEDICIÓN:

2 comprimidos de Telmisartán 40 mg+
2 comprimidos de Amlodipino 5 mg
½ comprimido de Clortalidona 50 mg

1 MES



No fumar

4

PACIENTE FUERA DE META:

Consulta con el próximo nivel de atención

PACIENTES BAJO CONTROL

	Seguimiento mínimo cada 6 MESES	Seguimiento mínimo cada 3 MESES	Suministro de medicación para 3 MESES	VACUNACIÓN		
				INFLUENZA	NEUMOCOCO	COVID
Todos con hipertensión	✓		✓			✓
Personas con hipertensión y ALTO RIESGO		✓	✓	✓	✓	✓

EVALÚE ADHERENCIA AL TRATAMIENTO EN CADA VISITA

Este protocolo **NO APLICA A MUJERES** embarazadas o con planes de embarazo

AGRUPE LA MEDICACIÓN EN UNA SOLA TOMA DIARIA



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CENAPRECE
CENTRO NACIONAL DE PROGRAMAS PREVENTIVOS Y CONTROL DE ENFERMEDADES

HEARTS



CUIDA TU CORAZÓN