
DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN – PALABRAS DEL DR. JARBAS BARBOSA, DIRECTOR DE OPS - 11 DE MAYO DE 2023

Washington, DC

Como fueron preparadas para su presentación

La hipertensión, o presión arterial alta, es una afección frecuente que, si no se trata, puede provocar infartos de miocardio, insuficiencia cardíaca, accidentes cerebrovasculares, insuficiencia renal y ceguera.

Es el principal factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares, que son la principal causa de muerte prematura en el continente americano, responsables de alrededor de 2 millones de vidas perdidas cada año.

La hipertensión afecta al 18% de los adultos en las Américas, lo que significa que hay aproximadamente 180 millones de personas que requieren acceso a servicios de atención primaria de salud y a tratamiento para controlar su hipertensión.

Además, esta condición es más frecuente con la edad: alrededor del 50% de todas las personas de 65 años o más padecen hipertensión.

Las tasas de hipertensión varían según los países y las subregiones, y las más elevadas en las Américas se observan en el Caribe anglófono, donde afecta a una cuarta parte de los adultos.

Sin embargo, a pesar de los altos niveles de hipertensión en nuestra región, muchos de sus factores de riesgo -como sobrepeso y obesidad, falta de actividad física, ingesta elevada de sodio o sal y consumo de alcohol- pueden prevenirse.

Este año, el Día Mundial de la Hipertensión, que se celebra el 17 de mayo, se centra en las medidas que podemos adoptar para prevenir la hipertensión, averiguar si la padecemos y, en caso afirmativo, qué debemos hacer para mantenerla bajo control.

Esto es crucial porque la hipertensión a menudo no presenta síntomas ni signos, por lo que con frecuencia no se diagnostica ni se trata. En las Américas, aproximadamente 1 de cada 6 adultos padece hipertensión. Y entre las personas de 30 a 79 años, más de un tercio de los hombres y una cuarta parte de las mujeres con hipertensión no saben que la tienen.

De los que lo saben, sólo el 60% recibe tratamiento. Y de ellos, sólo alrededor de un tercio (36%) están controlados.

Esto es grave porque la hipertensión no diagnosticada y no controlada puede provocar infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca o ictus.

Los cambios en el estilo de vida y el uso de antihipertensivos de por vida son fundamentales para reducir y controlar esta condición.

Para asegurar esto, la OPS recomienda que las personas lleven un estilo de vida saludable, que incluya 30 minutos de actividad física al día, cinco días a la semana; reduzcan su consumo de sal a menos de 5 gramos por día; aumenten su ingesta de frutas y verduras, y trabajen para alcanzar y mantener un peso saludable de un índice de masa corporal inferior a 25.

Sin embargo, más allá de las acciones individuales, es crucial que los países apliquen medidas basadas en la evidencia para promover estilos de vida saludables, incluyendo intervenciones para promover dietas saludables, como el etiquetado de advertencia en el frente de los envases de productos alimenticios procesados y ultraprocesados, y medidas para reducir la ingesta de sal y el contenido de sal de los alimentos. De hecho, varios países están debatiendo ahora normativas sobre etiquetas de advertencia en la parte frontal de los envases, y los animo a que se adopten rápidamente.

El lema del Día Mundial de la Hipertensión de este año es *Mida su presión arterial con precisión, contrólela y viva más tiempo.*

Medirse la presión arterial es la única forma de saber si se padece hipertensión.

Sin embargo, muchas clínicas de atención primaria de nuestra región carecen de dispositivos de medición de la presión arterial validados clínicamente, lo que limita considerablemente su capacidad para diagnosticar la hipertensión con precisión.

Para solucionar este problema, el Fondo Estratégico de la OPS, un mecanismo de adquisición conjunta de medicamentos esenciales y tecnologías sanitarias, ofrece ahora estos dispositivos a los países de nuestra región, así como medicamentos antihipertensivos de calidad garantizada a precios competitivos. Sin embargo, este recurso sigue infrautilizado: en los últimos años, sólo 6 países han utilizado el Fondo Estratégico para estos medicamentos esenciales y sólo en pequeñas cantidades.

La OPS también está trabajando con los países para intensificar la ampliación y asegurar el acceso equitativo a la atención de la hipertensión y de otras enfermedades no transmisibles en el primer nivel de atención, y para proporcionar capacitación y directrices a fin de que los enfoques más recientes, basados en la evidencia, para el diagnóstico y tratamiento de la hipertensión se practiquen en los centros de salud primaria de todas las Américas.

Esto incluye la iniciativa HEARTS de la OPS, que es un modelo de atención para el manejo del riesgo cardiovascular, con énfasis en el control de la hipertensión y la prevención de complicaciones. Aproximadamente 3000 clínicas de las Américas están aplicando las directrices recomendadas para el tratamiento de la hipertensión y más de 100.000 proveedores de atención primaria de salud han recibido capacitación en el manejo de la hipertensión basada en la evidencia.

Las estimaciones sugieren que si el porcentaje de personas con hipertensión controlada aumentara de los niveles actuales (36%) al 50%, podrían evitarse alrededor de 420.000 muertes al año en la Región.

Como Director de la OPS, me complace unirme a la comunidad internacional de salud pública en la observación del Día Mundial de la Hipertensión y hago un llamado a los países de la región para:

hacer pleno uso de nuestro Fondo Estratégico para aumentar el acceso y la disponibilidad de dispositivos de medición de la presión arterial y medicamentos antihipertensivos;

utilizar nuestro Campus Virtual de Salud Pública para formar a los proveedores de atención primaria en el diagnóstico y tratamiento de la hipertensión;

Y seguir contando con la colaboración de la OPS en el fortalecimiento de la capacidad de atención primaria para la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y el control de la hipertensión.

Muchas gracias.

Dr. Jarbas Barbosa