

## Falta mayor monitoreo de presión arterial en adultos

Un solo examen es insuficiente y sus resultados pueden ser malinterpretados

El efectivo diagnóstico de hipertensión arterial requiere de un monitoreo continuo a toda la población adulta, afirmó el doctor en Ciencias Biomédicas, Jorge Fernando Topete Reyes, quien explicó que el personal médico puede generar una mala interpretación de los signos que presentan los pacientes.

Durante una charla dada en el Cineforo de la UdeG a trabajadores universitarios y público en general, el especialista dijo que las estrategias de toma de presión efectuadas por el personal de salud no siempre son óptimas, ni se hacen de la mejor manera, y suele darse la llamada “hipertensión de bata blanca”, que es el estrés que el paciente siente ante un examen médico y que modifica su presión.

“Es importante que se haga un escrutinio a la población en general, no solo a la que presenta factores de riesgo, sino a todos los adultos. Factores como el horario y la estación del año en que se realiza la toma, el tipo de alimentos ingeridos previo al examen y, frecuentemente, la tensión que experimentan algunas personas al acudir al médico, hacen que la presión varíe y se haga un diagnóstico impreciso hasta en 50% de los pacientes”, afirmó Topete Reyes.

El médico, adscrito al Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), dijo que para evitar este sub diagnóstico el monitoreo de los niveles de presión para todas las personas adultas debe de ser de al menos tres o cuatro veces al año y para quienes tienen alguno de los factores de riesgo, al menos una vez por mes.

Topete Reyes informó que la forma apropiada es que el paciente permanezca sentado con la espalda firmemente recargada en el respaldo y con los pies en el suelo. El baumanómetro debe estar a la altura del corazón y el brazaletaje sujetado con firmeza en el brazo, para que se puedan escuchar los sonidos que definen la sistólica y la diastólica.

Durante la conferencia el especialista hizo hincapié en que la hipertensión es una enfermedad silenciosa, pues aunque algunas personas experimentan dolores de cabeza, sangrado por la nariz, mareos, pérdida de la conciencia y la sensación de escuchar campanas, estos son factores concomitantes, y no siempre quienes los presenten tendrán hipertensión.

Recordó asimismo que los factores de riesgo más importantes son el sedentarismo, la edad avanzada, la obesidad central, la diabetes mellitus, los antecedentes familiares y los factores genéticos, aunque el médico también debe descartar enfermedades renales, apnea constructiva del sueño o coartación de la vena aorta, que suelen modificar la presión sanguínea.

Recomendó al público en general acudir al médico de manera continua para monitorear su presión, además de modificar su estilo de vida con la disminución en el consumo de sal, tabaquismo y bebidas embriagantes y un aumento de actividad física, la ingesta de alimentos naturales y frutas, como plátano,

guayaba y naranja que contienen potasio.

## **A T E N T A M E N T E**

**“Piensa y Trabaja”**

**Año del Centenario de la Escuela Preparatoria de Jalisco**

**Guadalajara, Jal., 8 de mayo 2014**

**Texto: Mariana González**

**Fotografía: Abraham Aréchiga**

### **Etiquetas:**

[Jorge Fernando Topete Reyes](#) [1]

---

**URL Fuente:** <https://comsoc.udg.mx/noticia/falta-mayor-monitoreo-de-presion-arterial-en-adultos>

### **Links**

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/jorge-fernando-topete-reyes>