



IMSS innova en tratamiento de hipertensión con terapia dual y triple en UMF; logra controlar presión arterial al 80 por ciento de la población derechohabiente

- El Seguro Social cuenta con el Protocolo de Atención Integral, terapias duales y triples con dos o tres medicamentos en una sola pastilla y Jornadas de Continuidad de los Servicios para atender y prevenir este padecimiento.
- En 2022, atendió a 7.8 millones de derechohabientes con hipertensión arterial, con equipos multidisciplinarios y acciones no farmacológicas promovidas desde el Primer Nivel de atención como ejercicio físico, dieta baja en sal y control de emociones.
- Aunque el 40 por ciento de quienes la padecen no desarrollan síntomas, cuando éstos se presentan suelen ser dolores de cabeza, falta de aire, zumbido de oídos, mareo, dolor de pecho e hinchazón en las piernas, en fases avanzadas.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) ha innovado en el tratamiento de la hipertensión arterial mediante la creación del Protocolo de Atención Integral (PAI), la aplicación de terapias duales y triples (dos o tres medicamentos en una sola pastilla), y el fomento a la toma de presión durante las Jornadas de Continuidad de los Servicios, con lo que ha logrado que el 80 por ciento de la población derechohabiente tenga su presión arterial controlada.

“Como un marco de referencia, Reino Unido reportó un 60 por ciento de control de la presión arterial, ya hace algunos años hizo estrategias como ésta y logró tener un mayor control; 80 de nuestros pacientes en seguimiento en la meta de las cifras de presión arterial es realmente una buena noticia”, resaltó la doctora Gabriela Borrayo Sánchez, coordinadora de Innovación en Salud.

En este Día Mundial de la Hipertensión Arterial, la especialista señaló que el Seguro Social tiene 7.8 millones de derechohabientes con hipertensión arterial, a quienes atiende en seguimiento al Protocolo de Atención Integral con equipos multidisciplinarios y actividades específicas con personal de enfermería, asistentes médicas, trabajo social, nutrición, psicología, estomatología, y médicos de Primero, Segundo y Tercer Nivel.

“También innovamos en la terapia no farmacológica, estableciendo actividades específicas para la alimentación saludable, el ejercicio, control de emociones. Tenemos en nuestros Centros de Seguridad Social, actividades de yoga, educación para la salud, elaboración de platillos saludables, arte, danza, actividades que pueden las personas derechohabientes llevar a cabo y alargar ese tiempo para que se manifieste la hipertensión arterial”, dijo.

La doctora Borrayo Sánchez indicó que para quienes el manejo no farmacológico no es suficiente, el Seguro Social cuenta con nuevas claves de medicamentos y terapias duales en las que se administran dos medicamentos en una sola pastilla, “en aquellas personas con alto riesgo, en



GOBIERNO DE
MÉXICO



UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

quienes es difícil llegar a la meta de la presión arterial, se tiene la terapia triple, en una pastilla tenemos tres medicamentos con tres diferentes acciones”.

Destacó que el Protocolo de Atención Integral fue desarrollado por expertos y plasma las mejores recomendaciones para las personas con hipertensión y para prevenirla en quienes aún no la desarrollan; otra de las estrategias del Seguro Social es la dieta DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension* por sus siglas en inglés), con la que se recomienda el consumo de tres verduras al día, dos frutas, leguminosas tres veces a la semana, cereales integrales, optar por carne blanca de pollo o pescado, evitar la grasa de origen animal y los concentrados de sal.

La doctora Borrayo Sánchez dijo que con las Jornadas de Continuidad de los Servicios se fomenta la toma adecuada de la presión arterial y tan solo el año pasado se realizaron 17 millones de detecciones de hipertensión, una cifra récord, “estas jornadas nos han ayudado para identificar a muchas personas que no sabían que eran hipertensas, el enemigo silencioso porque no hay síntomas”.

Aunque el 40 por ciento de quienes la padecen no desarrollan síntomas, cuando éstos se presentan suelen ser dolores de cabeza, falta de aire, zumbido de oídos, mareo, dolor de pecho e hinchazón de las piernas en fases avanzadas .

“Uno de los principales factores de riesgo que aparecen incluso antes de la hipertensión arterial es el sobrepeso o la obesidad; desafortunadamente 7 de cada 10 personas adultas en nuestro país tiene alguna situación así, lo que tiene que ver con hábitos no saludables, una mala alimentación, falta de ejercicio, comer de manera desorganizada, sin horarios ni dieta adecuada, así como usar por costumbre el salero”, dijo.

La doctora Borrayo Sánchez indicó que para mantener la presión arterial controlada se deben tomar los medicamentos en el horario adecuado, hacer ejercicio 30 minutos al menos 5 días a la semana, tener alimentación saludable, conservar el peso en un índice de masa corporal menor de 25, no tomar alcohol en exceso y no fumar.

“Con esa colaboración entre nosotros como responsables de la salud y el paciente con mejores hábitos saludables vamos a lograr más del 80 por ciento del control. Tener una cifra de presión arterial normal o dentro de la meta, puede reducir el riesgo de más del 80 por ciento para sufrir un infarto en el corazón, para un evento vascular cerebral, retrasar el daño del propio músculo cardíaco, daño renal, la retinopatía hipertensiva”, enfatizó.

---o0o---

LINK FOTOS

<https://bit.ly/42Z1nTs>

LINK VIDEO

<https://bit.ly/42WCjwE>

