

# 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  $\geq 130$  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

<b>META</b> de presión arterial $<140/90$ mmHg	✓		
<b>META</b> de presión arterial sistólica $<130$ mmHg		✓	✓
<b>ASPIRINA</b> 100 mg/día		✓	
<b>ESTATINA</b> dosis alta: <b>ATORVASTATINA</b> 40 mg/día		✓	
<b>ESTATINA</b> dosis moderada: <b>ATORVASTATINA</b> 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 <b>ALTO RIESGO</b>		✓	✓	✓	✓	✓

**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**