



SÍNTOMAS

La hipertensión es el término médico para referirse a la presión arterial elevada.

La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a su cuerpo. Hipertensión es el término que se utiliza para describir la presión arterial alta.

Las lecturas de la presión arterial generalmente se dan como dos números. El número superior se denomina presión arterial sistólica. El número inferior se llama presión arterial diastólica. Por ejemplo, 120 sobre 80 (escrito como 120/80 mm Hg).

- Una presión arterial normal es cuando la presión arterial es menor a 120/80 mm Hg la mayoría de las veces.
- Una presión arterial alta (hipertensión) es cuando uno o ambos números de la presión arterial son mayores de 130/80 mm Hg la mayoría de las veces.
- Si el valor del número superior de su presión arterial es entre 120 y 130 mm Hg y el valor del número inferior es menor a 80 mm Hg, se denomina presión arterial elevada.

¿Cómo se mide la presión arterial?

Para medir la presión sanguínea, el médico utiliza un instrumento que se denomina esfigmomanómetro, más conocido como tensiómetro. La banda del tensiómetro se localiza alrededor de la parte superior del brazo y se infla para detener el flujo de sangre en la arteria. A medida que se desinfla esta banda, el médico usa un estetoscopio para escuchar el bombeo de sangre a través de la arteria. Estos sonidos de bombeo se registran en un indicador de presión unido a

la banda. El primer sonido de bombeo que el médico escucha se registra como presión sistólica y, el último, como presión diastólica.

CATEGORÍA DE LA PRESIÓN ARTERIAL	SISTÓLICA mm Hg (número de arriba)		DIASTÓLICA mm Hg (número de abajo)
NORMAL	MENOS DE 120	y	MENOS DE 80
ELEVADA	120-129	y	MENOS DE 80
PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 1	130-139	o	80-89
PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 2	140 O MÁS ALTA	o	90 O MÁS ALTA
CRISIS DE HIPERTENSIÓN (CONSULTE A SU MÉDICO DE INMEDIATO)	MÁS ALTA DE 180	y/o	MÁS ALTA DE 120

Arregui, R. (2020). ¿Cómo medir la presión arterial? — Dr. Roberto Arregui - Cardiólogo, Quito. Dr. Roberto Arregui - Cardiólogo, Quito. [imagen]. <https://www.cardiologia.com.ec/blog/como-medir-la-presion-arterial>


La presión arterial baja es una presión arterial inferior a 90/60 mm Hg. Algunas personas tienen presión arterial baja todo el tiempo, y eso es normal en ellas.

Hay dos tipos principales de presión arterial alta: primaria y secundaria.

- **Primaria o esencial:** Es el tipo más común de presión arterial alta. Por lo general se desarrolla con el tiempo a medida que envejece.
- **Secundaria:** Es causada por otra condición médica o el uso de ciertos medicamentos. Por lo general, mejora al tratarse la causa o al dejar de tomar los medicamentos que la provocan.

Existen diversas causas de la presencia de una presión alta, por ejemplo:

- La edad, las personas son mayores a 60 años son más susceptibles a padecerla.
- Altura y peso
- Alcohol

- 
- Tabaco
 - Diabetes
 - Inactividad física
 - Consumo excesivo de sal en las comidas
 - Algunos medicamentos

Se debe de tener en cuenta que una presión arterial elevada por algunos minutos puede ser en consecuencia de emociones fuertes, de igual manera, el estrés y el ejercicio intenso.

En los niños la hipertensión en muchas ocasiones no identificable. Por lo tanto, no existe un valor umbral claro de la presión arterial que indique hipertensión arterial en todos los niños. Por el contrario, la presión arterial elevada se diagnostica si la presión arterial de un niño es igual o superior a la del 90% de los niños del mismo sexo, edad y estatura.

En los adolescentes (de 13 años o más), la presión arterial se clasifica como en los adultos.

Referencias:

- Evaluación de la presión sanguínea: MedlinePlus enciclopedia médica ilustración. (s. f.).*
https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/19255.htm#:~:text=Para%20medir%20la%20presi%C3%B3n%20sangu%C3%ADnea,de%20sangre%20en%20la%20arteria.
- National Library of Medicine. (s. f.). Presión arterial alta. [imagen]. Hipertensión | MedlinePlus en español.* <https://medlineplus.gov/spanish/highbloodpressure.html>
- MacGill, M. (2019). Todo lo que necesita saber sobre la hipertensión.*
<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/323994#dieta>
- Kaiser, B. A. (2023, 19 abril). Hipertensión arterial en niños. Manual MSD versión para público general.* <https://www.msdmanuals.com/es-mx/hogar/salud-infantil/hipertensi%C3%B3n-arterial-en-ni%C3%B1os/hipertensi%C3%B3n-arterial-en-ni%C3%B1os>