

# > Hipertensión Arterial

## A

### LECTURA PRECISA DE LA PRESIÓN ARTERIAL

Posición cómoda y con la espalda apoyada en el respaldo.

Coloque el brazalete a la altura del corazón y 2cm por encima del pliegue del codo.

La persona no debe cruzar las piernas.



La persona debe permanecer quieta y no hablar durante la medición.

Brazo descubierto sin que la ropa lo presione.

Brazo inmóvil apoyado sobre la mesa.

Ambos pies apoyados en el suelo.

\*Si disponibles, utilizar dispositivos automáticos validados para el brazo.

## B

### RIESGO CARDIOVASCULAR (RCV)

Estimar a partir de los 40 años

ALTO RIESGO CARDIOVASCULAR  
(Diabetes, ERC, ó Riesgo > 10%)

**Con Enfermedad CV establecida:** Aspirina + Rosuvastatina 20 mg por día.

**Sin Enfermedad CV establecida:** Rosuvastatina 10 mg por día (independiente del valor de colesterol).



Calculadora de riesgo cardiovascular

Utilice la aplicación de HEARTS para evaluar el riesgo cardiovascular.

**Diagnóstico de HTA:**

Mayor o igual a 140/90 mmHg confirmada en 2 visitas.

## METAS

Presión arterial < 140/90. En pacientes de Alto Riesgo CV Presión arterial Sistólica ≤ 130

## C

### PROTOCOLO DE TRATAMIENTO

Iniciar tratamiento farmacológico inmediatamente al momento de confirmación de diagnóstico.

**Si el/la paciente sigue fuera de meta luego de 4 semanas, proceder al paso siguiente.**

1

Losartán 25 mg + Amlodipina 2.5 mg en una toma diaria

2

Losartán 50 mg + Amlodipina 5 mg en una toma diaria

3

Losartán 100 mg + Amlodipina 10 mg en una toma diaria

4

Losartán 100 mg + Amlodipina 10 mg + Hidroclorotiazida 25 mg en una toma diaria

### Información Adicional

- Valorar adherencia previo a intensificar el tratamiento.
- Evaluar indicación de beta-bloqueantes en personas con enfermedad coronaria establecida.
- No combinar IECA y ARA II.
- Determinar anualmente daño órgano blanco: ECG, Filtrado glomerular, índice alb/Creat en muestra de orina matinal.

• No aplicar este algoritmo en embarazadas ni mujeres en edad fértil.



Realizar 30 minutos de actividad física diariamente



Mantener un peso adecuado



Alimentación saludable (con bajo contenido de sodio)



No fumar

## D

### DERIVACIÓN OPORTUNA

- HTA refractaria: Refractariedad al tratamiento con 3 o más drogas.
- Desarrollo enfermedad vascular (coronaria, cerebral o periférica).
- Sospecha de HTA secundaria.

## E

### SEGUIMIENTO

	Cada 6 meses	Cada 3 meses	Suministro de medicación para 3 meses	Vacunación		
				Influenza	Neumococo	COVID-19
Todxs lxs hipertensxs	✓		✓			✓
Solo ALTO RIESGO		✓	✓	✓	✓	✓