



17 de mayo: Día mundial de la Hipertensión Arterial

En Argentina, 3 de cada 10 adultos son hipertensos y sólo 1 de cada 4 hipertensos está diagnosticado, tratado y adecuadamente controlado.

Mayo de 2022. El próximo 17 de mayo se conmemora el Día Mundial de la Hipertensión Arterial, y desde la Federación Argentina de Cardiología (FAC) se hace énfasis en la prevención, diagnóstico y tratamiento adecuado. Por otra parte, esta afección, junto a otros temas de salud cardiovascular, serán abordados durante el XXXIX Congreso Nacional de Cardiología que se realizará en Córdoba entre el 2 y el 4 de junio.

En la República Argentina, 3 de cada 10 adultos son hipertensos, donde gran parte de ellos no sabe que padece la enfermedad. Es importante destacar que esa proporción crece con la edad, llegando a 7 personas de cada 10 en mayores de 65 años de edad.

El **Dr. Diego Martinez**, Presidente y el **Dr. Diego Cesario**, Vocal del Comité de Hipertensión Arterial de la FAC comparten consejos para entender, estar atentos y poder cuidar la presión arterial.

Para comenzar, el **Dr. Martinez** señala que “la **hipertensión arterial** es la **elevación persistente de la presión arterial** por encima de los valores establecidos como normales. La presión arterial **por encima de 140/90 mmHg** es hipertensión arterial”.

Asimismo, resalta que “puede generar **problemas en la visión** (ceguera u otros trastornos visuales), en el **corazón** (infarto de miocardio, insuficiencia cardíaca), en los **riñones** (insuficiencia renal, diálisis), en las **arterias** (aneurismas, obstrucción en piernas), en el **cerebro** (deterioro cognitivo, accidente cerebrovascular), entre otros órganos afectados”.

Por su parte, el **Dr. Cesario** explica que “la aparición de cifras elevadas de presión, en mayor medida, se deben a los hábitos que atentan contra la salud. Para retrasar su aparición lo mejor es trabajar en la prevención modificando conductas que son perjudiciales como el excesivo consumo de sal, la obesidad, el sedentarismo, el tabaquismo”.

En cuanto al diagnóstico, el **Dr. Cesario** señala que el mismo se realiza a través de controles en el consultorio con el médico de confianza o con la utilización de aparatos diseñados para tal fin (monitoreo ambulatorio de la presión arterial o monitoreo domiciliario de la presión arterial).

Por último, ambos especialistas sostienen que el tratamiento se basa en el **cambio de los hábitos** como dejar de fumar, elegir una alimentación saludable, iniciar ejercicio aeróbico al menos 150 minutos semanales, eliminar el consumo excesivo de sodio en la dieta, mantener un peso adecuado, entre otras medidas y, si el médico tratante lo indica, el uso de fármacos para el descenso de los valores de presión arterial. Un dato a tener en cuenta es que en Argentina sólo 1 de cada 4 hipertensos está diagnosticado, tratado y adecuadamente controlado.



Más información en: www.fac.org.ar

Facebook: FAC.Cardio

Twitter: ComunidadFAC

Instagram: fac_cardio

YouTube: FederaciónArgentinadeCardiología

Contacto de prensa:

Susan Lonetti (susan.lonetti@gmail.com) 54911-6852-5477

Javier Blanco Toledo (javierbt@outlook.com) 54911-5693-2536

Acerca de la Federación Argentina de Cardiología

La Federación Argentina de Cardiología es una Institución científica que tiene más de cincuenta años estimulando la excelencia en la cardiología nacional a lo largo y a lo ancho del país. Está presidida actualmente por el **Dr. Eduardo Perna** de Corrientes y lo acompaña una Mesa Directiva de la región del NEA. La FAC está compuesta por 33 Sociedades Federadas, 5 delegaciones, 25 Comités Científicos de Subespecialidades y 14 Secretarías, de las cuáles la de Extensión a la Comunidad, cuyos responsables son los **Dres. Sonia Costantini y Luis Cicco**, son los encargados de ejecutar las políticas vinculadas a la prevención dirigidas al público general no médico, siendo un aporte de la Institución como Sociedad Médica, la concientización y prevención de la enfermedad cardiovascular. Sus bases federales y de gran presencia nacional no eluden su gran proyección internacional. Es miembro pleno de la World Heart Federation y está vinculada a importantes Sociedades Científicas Internacionales.