



COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ALEX VICTORIA
BARRERA PALOMAR
Subdirección Salud

CF. DIANA OSORIO
Coordinación Grupo
Salud Pública

SMSM. ALEXANDRA
RUIZ VILLEGAS
PS. SONIA ROCIO
PORTELA PAIPA

PD. KATHERINE
MONTENEGRO SHAEK
Comunicaciones
Estratégicas

La hipertensión o presión arterial igual o superior a 140/90, afecta a cuatro de cada diez adultos en todo el mundo y es el principal factor de riesgo para enfermedades cardiovasculares.



SUBDIRECCIÓN
SALUD

BOLETÍN No. 037
MAYO 17 DE
2019

CONTROLA TUS CIFRAS... MIDE TU PRESIÓN ARTERIAL

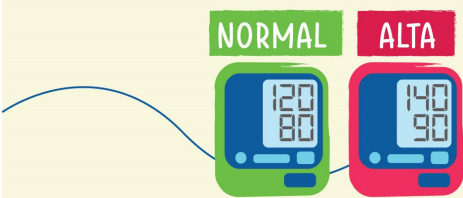
DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

¿QUÉ ES LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL (HTA)?

Según la Organización Mundial de la Salud la hipertensión, también conocida como tensión arterial alta o elevada, es un trastorno en el que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos.

Cada vez que el corazón late, bombea sangre a los vasos que llevan el líquido rojo a todas las partes del cuerpo. La tensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos (arterias) al ser bombeada por el corazón. Cuanto más alta es la tensión, más esfuerzo tiene que realizar el corazón para bombear.

¿CÓMO ESTA TU PRESIÓN?



Fuente: Organización Panamericana de la Salud, Hipertensión: Día Mundial de la Hipertensión 2018. Conoce tus números

CLASIFICACIÓN DE LA HTA

Categoría	P. Sistólica en mm Hg (el # más alto)		P. Diastólica en mm Hg (el # más bajo)
Normal	Menos de 120	y	Menos de 80
Prehipertensión	120 – 139	o	80 – 89
Hipertensión Estadio 1	140 – 159	o	90 – 99
Hipertensión Estadio 2	160 – 180	o	100 – 110
Crisis Hipertensiva (requiere atención de urgencia)	Mayor de 180	o	Mayor de 110

Fuente: 8th Report Joint National Committee, 2014

DATOS Y CIFRAS

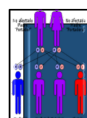
De acuerdo con el más reciente estudio de carga global de la enfermedad, se estima que 10.3 millones de muertes en el mundo, en 2013, fueron consecuencia directa de la hipertensión.

La hipertensión es la 1ª causa de enfermedad en los países desarrollados; la 2ª causa de enfermedad, después del tabaquismo, en los países en desarrollo; la 1ª causa de ataque cerebrovascular e insuficiencia cardíaca y la 2ª causa de síndrome coronario agudo.

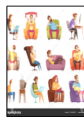


Fuente: Ministerio de la Salud; DÍA MUNDIAL DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL Colombia – mayo 17 de 2017, Ficha Técnica

“UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD”



Herencia Familiar

Alimentación
inadecuadaSobrepeso u
ObesidadInactividad o Vida
Sedentaria

Tabaco



Estrés

Consumo excesivo
de alcohol

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA HTA?

La hipertensión es una enfermedad letal e invisible que no presenta síntomas, por esta razón es conocida como un **"asesino silencioso"**. Estar nervioso o tenso por ejemplo no quiere decir necesariamente tener la presión arterial elevada.

Realizar revisiones periódicas de la presión arterial es la única manera de detectar la hipertensión en sus inicios. Mucha gente tiene la presión arterial elevada durante años sin saberlo.



HIPERTENSIÓN

Factor de riesgo
principal para...

padecer un accidente
cerebrovascular

o un infarto



Cuatro de cada diez adultos en el mundo padece hipertensión arterial. Esta proporción **aumenta con la edad**: mientras en un grupo etéreo de 20 a 40 años se puede hallar hipertensión arterial en el 10% de ellos, de los 50 a 60 años se incrementa al 50%. Es decir que una de cada cinco personas tiene o sufre de hipertensión.

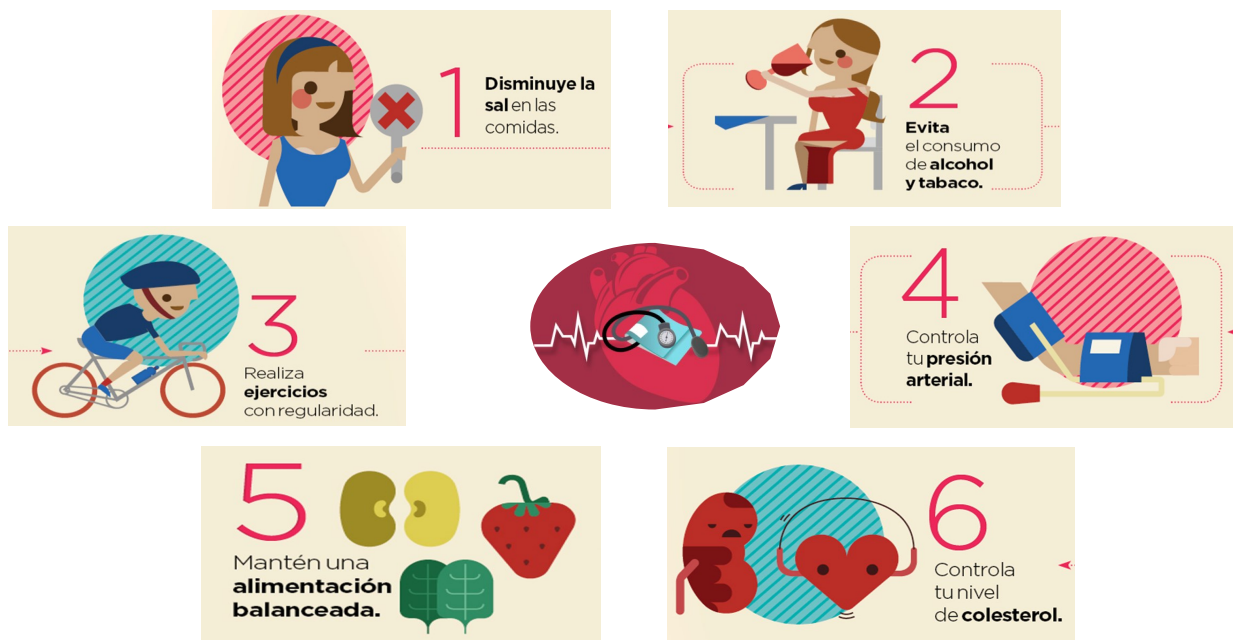


#ConoceTusNúmeros



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. 1021
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo





Fuentes: Ministerio de Salud y entrevista a Carlos Sánchez, médico cardiólogo y docente en la Universidad Científica del Sur.

DATOS DE HIPERTENSIÓN EN EL SSFM

Teniendo en cuenta lo descrito por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y revisando la fuente interna del Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares-SSFM, RIPS (Registro Individual de Prestación de Servicios) del año 2018, se encuentra una afectación en la población con diagnóstico confirmado de Hipertensión Arterial de un 4,26% del total de los usuarios del SSFM.

La hipertensión es un signo de alerta importante que indica que son necesarios cambios urgentes y significativos en el modo de vida. Las personas deben saber **por qué el aumento de la tensión arterial es peligroso**, y **cuáles son los pasos para controlarla**. También deben saber que la hipertensión y otros factores de riesgo como la diabetes a menudo aparecen juntos.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
 Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
 Bogotá - Colombia
 Teléfono 3238555 EXT. 1021
www.sanidadmilitar.mil.co
 Twitter: @SanidadMilCo

