

SALUD. EL 32% DE LOS MALAGUEÑOS TIENE LA PRESIÓN ALTA

El 60% de pacientes hipertensos no controla la presión arterial

El 15-20% no sabe que es hipertenso III El resto no cumple bien el tratamiento o el que le han prescrito es inadecuado

Vigile su tensión y si está en tratamiento, cúmplalo. Manténgase en su peso ideal, modere el consumo de sal, alcohol y camine media hora al día. Éstos son algunos consejos para pacientes con la tensión alta.

II ALEJANDRO GONZÁLEZ. Málaga

► Uno de cada tres malagueños adultos tiene la presión arterial alta, es decir, con valores iguales o superiores a 14 de máxima y a 9 de mínima (13/8 en diabéticos).

Sólo uno de cada tres hipertensos está controlado mientras que dos de cada tres no controla su presión arterial. ¿La razón? Que no cumplen bien el tratamiento, que no le han prescrito un tratamiento adecuado y que un 15% ni siquiera sabe que es hipertenso.

Así lo dijo el doctor Pedro Aranda, jefe de la Unidad de Hipertensión y Riesgo Cardiovascular de Carlos Haya, que ayer presentó el estudio ZanySistólica sobre la tolerancia a un fármaco de la familia de los calcioantagonistas: 'lercanidipino'.

La hipertensión es el principal causante de las enfermedades cardiovasculares y responsable del 25% de las cardiopatías, infartos y anginas de pecho. Además, provoca el 65% de insuficiencia cardíaca y hasta el 85% de la renal.



Riesgo. La edad aumenta el riesgo de hipertensión. ARCINIEGA

La mitad de los accidentes cerebrovasculares se deben a la hipertensión, siendo factores de riesgo añadido la diabetes, el colesterol alto, la obesidad —un abdomen con un perímetro mayor de 103 centímetros en hombres y 88 en mujeres, a la altura del ombligo— y el tabaquismo.

Por ello, los expertos aconsejan cumplir el tratamiento médico, mantenerse en el peso ideal, moderar el consumo de sal, alcohol, caminar media hora al día y dejar de fumar

El estudio ha sido realizado con 500 hipertensos de 36 residencias de toda España y ha demostrado que el 94% puede controlar su presión arterial con este fármaco solo o junto otros, sin apenas efectos secundarios, pero siempre que controle bien los factores de riesgo.

“Además, se ha observado que el control de la presión arterial previene y retrasa el deterioro mental y funcional en el anciano”, según el doctor Eduardo Hortonedá, secretario de la Sociedad Española de Médicos de Residencias. ■