



## HIPERTENSIÓN DESATENDIDA, ¿ROBARÍA 5 AÑOS DE VIDA?

Un diagnóstico y tratamiento oportuno para prevenir la hipertensión, o retardar sus complicaciones, es fundamental para reducir la enfermedad que, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), **golpea a una de cada tres personas, es decir, a más de 1,000 millones**. Ante este panorama, con nueve millones de muertes al año, el nefrólogo Julián Segura de la Morena asegura que **la hipertensión no controlada podría robarnos hasta cinco años de vida**.

La hipertensión consiste en un aumento excesivo en la presión de la sangre que circula en nuestras arterias. Cuando éstas se tapan de manera completa, pueden **producirse complicaciones severas, como accidentes cerebrovasculares, enfermedades del corazón y falla renal**. Esta última, puede deberse a un infarto renal o a un deterioro de pequeños capilares —filtros donde se limpia la sangre—, reduciéndose la capacidad de depuración del riñón, y provocando insuficiencia renal.

**La hipertensión no da síntomas en un inicio**. Sin embargo, si una persona la padece y no lo sabe, es probable que sufra **daño orgánico y complicaciones** en un lapso de ocho a 10 años. Por ello, si tienes antecedentes familiares, **obesidad o sobrepeso, diabetes, colesterol elevado o tabaquismo**, debes revisar tu presión por lo menos una vez cada dos años.

Si la presión está cercana a los límites máximos —140/90 mm Hg—, es necesario que la revises con más frecuencia. Por otra parte, si es igual o superior a estos índices, debes acudir al médico y apegarte al tratamiento recetado.

**¿Sabías que más de 50% de los pacientes diagnosticados no toma el tratamiento de forma correcta? Evita el riesgo de muerte súbita y prevé enfermedades futuras.**

Vía: ClickISalud