**¿QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL?**

La hipertensión arterial es una patología en la cual hay elevación de la presión dentro de unos vasos sanguíneos que se llaman arterias.

Así como en la casa tenemos dos sistemas de aguas uno que es el drenaje que lleva agua sucia, hay otro de agua potable que lleva agua limpia.

En nuestro cuerpo tenemos dos sistemas de vasos sanguíneos: 1) las venas que sería el drenaje de nuestro cuerpo, estas habitualmente las vemos son de color azul verdoso y llevan sangre con baja cantidad de oxigeno y mucha bióxido de carbono que es la substancia que desechan nuestros tejidos al respirar. 2) Las Arterias son la tubería de agua potable de nuestro cuerpo, llevan sangre limpia, habitualmente nos las vemos pero si las palpamos, es lo que conocemos como el pulso.

**Hay tres causas que condicionan que la presión arterial se eleve**: 1.- La cantidad de sangre que tenemos dentro del cuerpo. 2.- la resistencia que ponen las arterias al paso de la sangre y 3.- la bomba que en este caso es el corazón y su papel en la presión arterial está dada por la cantidad de latidos en un minuto y la fuerza de cada latido.

Con esta explicación. ¿Qué sube la presión arterial?

1.- Un exceso de volumen en las arterias, ejemplo el comer sal (Sodio) en exceso aumenta el volumen de sangre. El uso exagerado de soluciones en un enfermo cuando está en el hospital sobre todo de las llamadas fisiológicas. Otro ejemplo frecuente de exceso de volumen y que no necesariamente esta en relación a enfermedad ocurre en las embarazadas.

2.- En los pacientes hipertensos y sobre todo después de los 50 años de edad es frecuente que las arterias se pongan duras, esto se llama arterioesclerosis, y esto condiciona un aumento en la resistencia al paso de la sangre, es como si a una manguera le pusiéramos una obstrucción en la punta al chorro de agua, esto causa que el chorro tenga más fuerza y obviamente llegara más lejos pero la presión dentro de la manguera aumenta; el resultado en el cuerpo es que habría órganos que sufrirían pues a algunos no les llegaría sangre en cantidad adecuada, esto se llama isquemia y otro sería que la fuerza de la sangre ejerceria tensión sobre las paredes que habría riesgo de que las arterias se pudieran romper causando una hemorragia.

3.- Al principio el corazón como mecanismo de compensación en un paciente hipertenso aumenta la fuerza del latido, al ser el corazón un músculo este tiende a ser más fuerte y grueso, esto se llama hipertrofia, este mecanismo de compensación en un inicio ayuda al paciente pero con el tiempo debido a que las arterias que le llevan circulación al mismo corazón viajan a través del músculo este comprime las arterias del corazón causando mala circulación al mismo corazón o sea isquemia cardiaca, y ese mecanismo que en un inicio fue bueno ahora se vuelve malo para el paciente. Así mismo si el corazón está muy acelerado aumenta la presión dentro de las arterias por lo que la taquicardia causa hipertensión arterial.

Finalmente esta enfermedad si bien **no tiene una causa ESPECIFICA, SI ES MULTIFACTORIAL**, esto quiere decir que la causan muchas cosas que se conjuntan, como son: Edad, herencia, sexo (los hombres son más propensos) vida sedentaria, obesidad, tabaquismo, alimentación rica en grasas de origen animal y exceso de carbohidratos y alimentos fritos, consumo de sal, alcohol, y estrés.

La hipertensión arterial **NO SE CURA, PERO SI SE CONTROLA**,

¿Cómo se controla? Teniendo un peso ideal, haciendo ejercicio con una alimentación saludable y si ya está presente la enfermedad tomando los **MEDICAMENTOS QUE SON DE POR VIDA**

Un grave error que comenten algunos médicos y los pacientes es que si ya esta normal la presión arterial o si ya se sienten bien dejan de tomar los medicamentos. CLARO QUE SE VAN A SENTIR BIEN PERO solamente durante algún tiempo, el cual va a ser el tiempo que su organismo tarde en eliminar los fármacos y esto puede durar días semanas e incluso algunos meses.

DR DAVID LUNA PEREZ

CARDIOLOGO/HEMODINAMISTA

Datos de contacto [www.cardiologiadrluna.com.mx](http://www.cardiologiadrluna.com.mx)

davidluna1961@gmail.com

Celular 0445554152649 oficina 10546071 al 74

Bibliografía

Medicina Cardiovascular Editorial Elsevier 2018