

## Calidad de vida asociada a la hipertensión arterial en el adulto mayor

Life quality associated to arterial hypertension in elder people

Lic. José Carlos Lorenzo Díaz<sup>1\*</sup>  <http://orcid.org/0000-0002-0941-925X>

Est. Adrián Alejandro Vitón Castillo<sup>1</sup>  <http://orcid.org/0000-0002-7811-2470>

<sup>1</sup> Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Pinar del Río, Cuba.

\*Autor de la correspondencia: [galeno@infomed.sld.cu](mailto:galeno@infomed.sld.cu)

Estimada Directora:

La calidad de vida es un tema de mucha contemporaneidad y trascendencia para el hombre actual. Es un tema de investigación en el ámbito mundial, abordado desde los más variados enfoques y modelos teóricos existentes.

La calidad de vida se define como el bienestar, la felicidad y satisfacción de un individuo, que le otorga a este cierta capacidad de actuación, funcionamiento o sensación positiva de su vida. Su realización es muy subjetiva, se ve directamente influida por la personalidad y el entorno en el que vive y se desarrolla el individuo.<sup>(1)</sup>

Para el adulto mayor, la calidad de vida adquiere una significación especial, al perder estos ciertas capacidades físicas; más también son de gran importancia otros aspectos psicológicos que influyen en la misma. La mantención de la autoestima, una visión positiva de sí mismo, así como la aceptación de estos cambios potencian el desarrollo de una vida normal, así como la adopción de estilos de vida saludables de influencia positiva en la calidad de vida y longevidad del ser humano.

Las enfermedades crónicas no transmisibles constituyen causas principales de morbilidad y mortalidad entre adultos mayores de países desarrollados y en vías de desarrollo, siendo la hipertensión arterial (HTA) la más común. Esta es reconocida como una enfermedad y también un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares, renales y otros órganos dianas.<sup>(2)</sup>

El desarrollo de la prevención, control y educación de los factores de riesgo de la HTA conforman la medida sanitaria más importante y menos costosa. Esta enfermedad tiene amplia repercusión en el orden personal, económico, social y sanitario por lo cual el control de las cifras de tensión arterial es un desafío y prioridad para todos los sistemas sanitarios, con mayor significación en el adulto mayor.

Se ha identificado como factores de riesgo tanto para el desarrollo como para la intensificación de la HTA las dietas con alta ingestión de sal, ricas en grasa, no consumir frutas y vegetales, y también se señalan la obesidad, el sedentarismo, la ingestión de bebidas alcohólicas y el hábito de fumar.<sup>(3)</sup>

El inadecuado control de la HTA tiene influencia directa sobre el estado de vida del adulto mayor, con notable influencia sistémica, deteriorando las capacidades físicas del individuo, desarrollando nuevas enfermedades e incidiendo estos en la percepción del individuo, afectándolo de forma emocional, causando daños en su calidad de vida.

Las intervenciones relativas a modificar estilos de vida constituyen el eje central de la prevención de la HTA y forman parte indisoluble del tratamiento integral del paciente hipertenso. Todos los hipertensos deben realizar modificaciones en el estilo de vida, estas tienen un impacto positivo tanto en el control de la PA como en el tratamiento con fármacos antihipertensivos; su principal cuestionamiento radica en la inestable adherencia a largo plazo.<sup>(4)</sup>

Los cambios en el estilo de vida pueden retrasar o prevenir de forma segura y eficaz la HTA en personas no hipertensas, retrasar o prevenir el tratamiento farmacológico en pacientes con HTA de grado 1 y contribuir a la reducción de la presión arterial de pacientes hipertensos en tratamiento farmacológico, lo que permite una reducción de número y dosis de fármacos antihipertensivos. Además del efecto de control de la presión arterial, los cambios en el estilo de vida contribuyen al control de otras afecciones crónicas.<sup>(4)</sup>

El trabajo interdisciplinario de los profesionales de salud en el control de los factores de riesgos y la correcta adherencia a los tratamientos desde la atención primaria de salud en las comunidades hasta los niveles terciarios, además de la atención responsable con valores humanistas y éticos favorece al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor hipertenso. Sin embargo, el cuidado desde la familia, el respeto de sus decisiones y el apoyo, ayudan a elevar la autoestima y un mayor concepto positivo de sí mismo. Esto brindan mayores herramientas para enfrentar las realidades propias de la edad, contribuyendo a un mayor bienestar y satisfacción; lo que favorecerá un mayor control de la HTA en el adulto mayor y por ende su la calidad de vida.

A consideración de los autores, se hace necesario perfeccionar la actividad en cuanto a la prevención y el control de la HTA, hecho que debe constituir una prioridad del sistema de salud, el resto de las instituciones y la comunidad en general. La correcta percepción del riesgo que significa padecer de HTA, y en especial en el adulto mayor; obliga a desarrollar y ejecutar nuevas y más eficientes estrategias, tanto con medidas

de promoción y educación como de incremento en la calidad de los servicios de salud que van dirigidas a la disminución de su incidencia en la población; así como una más activa pesquisa para lograr una temprana identificación de la enfermedad. Todo esto favorecerá un envejecimiento más sano y una mejor calidad de vida, que irá acompañando la creciente esperanza de vida de la población.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Herrera Santí PM, Martínez García N, Navarrete Ribalta C. Intervención comunitaria para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2015 Dic [citado 07/06/2019] ; 31(4). Disponible en: <http://www.revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/86>
2. González Rodríguez R, Lozano Cordero JGo, Aguilar Méndez A, et al. Caracterización de adultos mayores hipertensos en un área de salud. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2017 Jun [citado 07/06/2019]; 33(2):199-208. Disponible en: [http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252017000200005&lng=es](http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252017000200005&lng=es)
3. Vitón Castillo AA, Germán Flores L, Quintana Pereda R. Caracterización clínico - epidemiológica de la hipertensión arterial en el consultorio médico 21. Rev Cubana Tecnología de la Salud [Internet]. 2018 [citado 07/06/2019]; 9(1):90-98. Disponible en: <http://revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/993>
4. Pérez Caballero MD, León Álvarez JL, Dueñas Herrera A, et al. Guía cubana de diagnóstico, evaluación y tratamiento de la hipertensión arterial\*. Rev Cubana Med [Internet]. 2017 Dic [citado 07/06/2019]; 56(4):242-321. Disponible en: [http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75232017000400001&lng=es](http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75232017000400001&lng=es)

### Conflictos de interés.

Los autores declaran que no existen conflictos de interés.

### CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Lorenzo Díaz JC, Vitón Castillo AA. Calidad de vida asociada a la hipertensión arterial en el adulto mayor. Rev Méd Electrón [Internet]. 2020 Mar.-Apr. [citado: fecha de

acceso]; 42(2). Disponible en:

<http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/3415/17217>