

## **Prevención de la Mortalidad en Pacientes Hipertensos**

Diana Katherine Parra Gómez

Laura María Reyes Barón

Yolima Yineth Duarte Ávila

María Estela Porra Porras

Sandra Patricia Rubio Umba

Asesor

Martha Lucía Ospina Gómez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la salud ECISA

Diplomado de Profundización Comunicación en salud

2024

## **Resumen**

Muchas personas son afectadas por la hipertensión arterial, especialmente las personas mayores de 60 años, quienes son pacientes frecuentes del hospital San Rafael de Tunja. Por lo tanto, es crucial educar a los pacientes y sus familias para evitar problemas de salud graves causados por la desinformación o el mal manejo de la enfermedad. Como personal de salud, es de suma importancia tener una comunicación adecuada y una información clara sobre esta enfermedad, dando a conocer los riesgos.

***Palabras clave:*** Educar, Comunicación, Salud, Enfermedad, Riesgos y Tratamientos.

### **Abstract**

Many people are affected by high blood pressure, especially people over 60 years of age, who are frequent patients of the San Rafael de Tunja hospital. Therefore, it is crucial to educate patients and their families to avoid serious health problems caused by misinformation or mismanagement of the disease. As health personnel, it is of utmost importance to have adequate communication and clear information about this disease, making the risks known.

***Keywords:*** *educate, communication, health, disease, risks and treatments.*

## Tabla de Contenido

Introducción .....	7
Justificación .....	8
Objetivos.....	9
Objetivo General.....	9
Objetivos Específicos.....	9
Contextualización de la Estrategia de Comunicación en Salud.....	10
Mortalidad de Pacientes por Hipertensión Arterial Hospital San Rafael .....	10
Estrategia Organizacional .....	13
Las 4 P de la Propuesta .....	14
Personalizada .....	14
Predictiva .....	14
Preventiva .....	14
Participativa .....	14
Conclusiones.....	16
Recomendaciones .....	17
Referencias.....	18
Apéndices.....	20

## Lista de Figuras

**Figura 1** *Pacientes con Hipertensión Arterial: Hombres y Mujeres* ..... 12

**Figura 2** *Tasa de Mortalidad en el Año 2015: HTA vs. otras enfermedades* ..... 12

**Lista de Apéndices**

<b>Apéndice A</b> <i>Hipertensión Arterial</i> .....	20
<b>Apéndice B</b> <i>Video</i> .....	20
<b>Apéndice C</b> <i>Medidas de Prevención Para la Mortalidad de Hipertensión Arterial</i> .....	21

## **Introducción**

Cuando se habla de salud cabe destacar que en diferentes entes prestadoras de salud la mortalidad intrahospitalaria hace parte de la calidad en la atención en salud de cada paciente que ingresa a la institución, donde su análisis permite el mejoramiento de los servicios.

La hipertensión arterial representa uno de los problemas en salud pública, donde se requiere cada vez mayor difusión de su conocimiento a nivel poblacional, donde se necesita un enfoque para que se realice una oportuna detección y mejores controles de cifras tensionales; se dice que el incremento es sostenidamente con la edad, tanto que un 65% entre hombres y mujeres de 65 años son diagnosticados con hipertensión arterial (Sarmiento, 2019).

Según estadísticas en el hospital universitario San Rafael de Tunja Boyacá durante el año 2015 se realizó un análisis de estudio donde la tasa de mortalidad más frecuentes durante los egresados hospitalizados fue el 67% por hipertensión arterial (Sarmiento, 2019).

### **Justificación**

Se considera necesario crear una propuesta de intervención con el fin de mitigar y prevenir la Mortalidad por la Hipertensión Arterial de los pacientes egresados del Hospital San Rafael de Tunja del Departamento de Boyacá. Teniendo en cuenta que la afectación es evidente y se han identificado altos índices de adultos padeciendo dicha enfermedad es necesario la implementación de medidas y estrategias que conlleven a la educación y la concientización a la población estudio para que se pueda prolongar la vida por medio de hábitos saludables.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Implementar una estrategia de comunicación para aumentar el conocimiento, promover la prevención y mejorar el manejo de la hipertensión arterial, reducir las estadísticas y las tasas de mortalidad de los pacientes hospitalizados con HTA.

### **Objetivos Específicos**

Implementar estrategias de comunicación enfocadas brindar información de los cuidados y tratamientos farmacéuticos indicados por el médico, los cuales que se deben tener en cuenta para mantener una vida saludable y no dejar avanzar esta enfermedad.

Crear ambientes y rutas de atención para una detección temprana de esta patología de base.

Facilitar el acceso a la información actualizada y precisa sobre la HTA y su tratamiento, al mismo tiempo que fomentar la detección temprana a través de campañas de concientización y acción.

Promover hábitos saludables para mejorar la calidad de vida, incentivando a cada paciente a realizar ejercicio regularmente, manteniendo una alimentación saludable y métodos para controlar el estrés.

Sensibilizar a la población sobre los riesgos asociados a la HTA.

Fomentar la adherencia al tratamiento médico y a las recomendaciones de estilo de vida saludables.

## **Contextualización de la Estrategia de Comunicación en Salud**

### **Mortalidad de Pacientes por Hipertensión Arterial Hospital San Rafael**

La comunicación en salud y las estrategias IEC son fundamentales porque nos conlleva a dar información, educación y comunicación, para mantener y promover estilos de vida saludables, en este caso se incentiva a la persona que por la genética contraen esta enfermedad HTA para que conozca sobre su estado de salud y siga el tratamiento indicado por su médico; poder enfocar a los pacientes en tener una alimentación adecuada, realizar actividades físicas de acuerdo al rango de edad, visitar periódicamente su médico y controlar los niveles de estrés.

En la sociedad existen creencias y esto lleva a muchas familias a desconocer esta enfermedad la Hipertensión arterial HTA, aunque la mayoría de los pacientes diagnosticados con esta enfermedad han sido informados sobre la enfermedad muchos no acuden periódicamente a las citas médicas, no se interesan por llevar una alimentación balanceada, son personas sedentarias, no siguen las recomendaciones médicas y se automedican (productos naturales o fármacos recomendados por otras personas ), razón por la cual los pacientes deberían ser aconsejados de forma adecuada y por el personal médico garantizando su salud, cuando el paciente es consciente de su tratamiento deberá iniciar una dieta balanceada, realizar ejercicio y tener una vida tranquila; cuando el paciente no logra bajar los niveles de presión arterial deben seguir un tratamiento farmacológico para evitar un daño cardiovascular. Cuando hablamos de la comunicación en salud es necesario implementar estrategias y basarnos en un modelo o teoría de creencias en salud, ya que tiene que ver sobre las costumbres y actitudes que tiene un paciente cuando se ha diagnosticado de HTA.

En primera instancia el personal de salud o el médico tratante debe abordar al paciente buscando conocer cuáles son las percepciones sobre la enfermedad, porque está afectando su

salud y se ha convertido en un problema de salud, segundo se debe evaluar el comportamiento del paciente frente al problema de salud dando información sobre la enfermedad y recomendando un tratamiento no farmacológico (dieta balanceada y ejercicio físico) o en el caso que sea necesario el uso de medicamentos para controlar los niveles de la presión arterial deben ser tomados según la indicación médica, por último es importante que el personal de salud realice un análisis si realmente el paciente ha cumplido o incumplido el tratamiento indicado y conocer las razones del paciente para no llevar a cabo las recomendaciones del médico.

Con el apoyo de los médicos y personal profesional de la salud que se encuentran dentro de la entidad y la colaboración de la familia poder brindar una información clara y adecuada mediante charlas de forma personalizada, poder predecir los factores de riesgo que tiene la enfermedad en los pacientes según su evolución en la enfermedad HTA, brindar capacitaciones, folletos e información visual para que los pacientes y la comunidad conozcan los cuidados y los riesgos de sufrir Hipertensión arterial, prevenir factores de riesgo como: el sobrepeso, el sedentarismo, consumo de sal, consumo de alcohol, el tabaco y una dieta inadecuada, por último es de gran importancia que los pacientes participen acudiendo a los controles médicos, realicen sus exámenes de rutina y estén informados de forma adecuada así evitar casos de daño cardiovascular y otras complicaciones en su salud. como personal de salud brindamos una buena atención y ayuda se podrá mantener en los pacientes el autocuidado y un servicio favorable para cada paciente que se encuentre en el servicio de hospitalización del hospital san Rafael de Tunja.

**Figura 1**

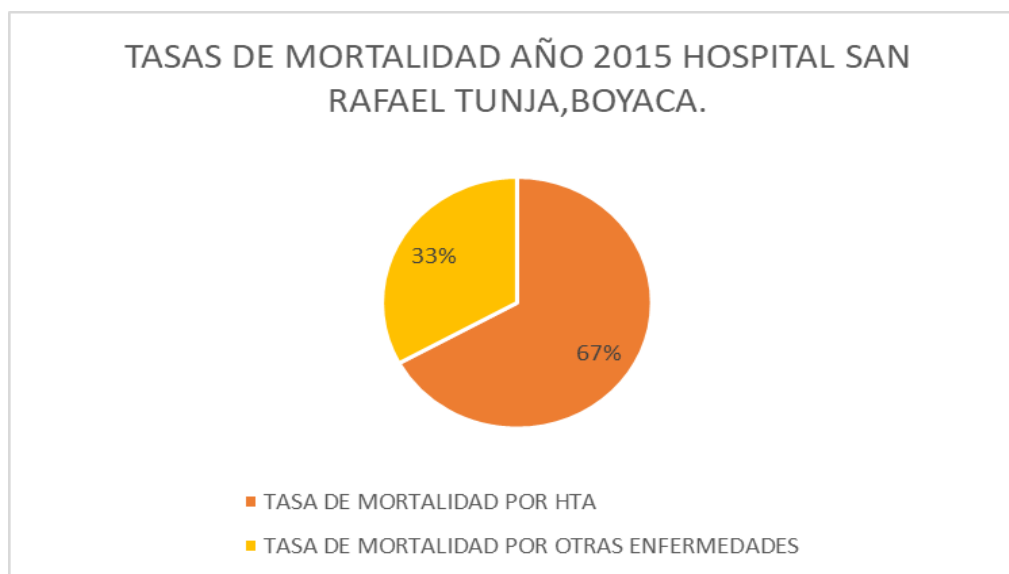
*Pacientes con Hipertensión Arterial: Hombres y Mujeres*



*Fuente:* Archivo del servicio de medicina interna hospital universitario San Rafael de Tunja

**Figura 2**

*Tasa de Mortalidad en el Año 2015: HTA vs. otras enfermedades*



*Fuente:* Archivo del servicio de medicina interna hospital universitario San Rafael de Tunja

### **Estrategia Organizacional**

Para realizar esta estrategia se cuenta con el apoyo de los profesionales de salud que se encuentran a cargo de cada paciente ingresado al servicio de hospitalización, también con el apoyo de trabajo social del hospital, secretaria de salud de Tunja, gerente, brindando asesoría y organizando campañas de salud exponiendo diferentes enfermedades importantes y aclarando la importancia del autocuidado con la HTA. Siguiendo el protocolo y ruta que establecida primordial para ellos, se cuenta con el seguimiento mensual de controles, exámenes de laboratorio ordenados, el uso de medicamentos adecuados y la guía del manejo de medicamentos esencial, explicando al paciente la adecuada toma de medicamentos hipertensivos sin automedicarse y así disminuir la tasa de mortalidad que se presentan muchas veces porque las personas sufren esta enfermedad y no lo saben, desconocen el tema.

### **Las 4 P de la Propuesta**

La propuesta que se ha realizado sobre la concientización de las personas sobre la HTA es muy importante ya que si una propuesta es efectiva debemos tener en cuenta que debe ser Personalizada, Predictiva, Preventiva y Participativa.

#### **Personalizada**

Se basará en la información genética de cada individuo.

#### **Predictiva**

La información personal permitirá determinar el riesgo de padecer determinadas enfermedades en cada individuo.

#### **Preventiva**

A partir de la predicción de ese riesgo, se podrán establecer medidas de prevención (bien sean de estilo de vida, bien terapéuticas) que lo disminuyan.

#### **Participativa**

Porque muchas de estas intervenciones preventivas requerirán ineludiblemente la participación del paciente. Es por esto que nuestra propuesta reúne estos requisitos porque nuestra comunidad debe tener un entorno el cual le ayudará a poder detectar a tiempo y manejar el problema de la hipertensión y así poder disminuir la cantidad de personas fallecidas por este tipo de enfermedad crónica que aqueja a diferentes personas de todas las edades es un proceso que se desarrolla en conjunto con la comunidad que rodea a cada individuo por otro lado es importante que la misma persona tome conciencia y ayude a cuidarse a sí mismos las enfermedades no son un juego es un problema real de salud. Cada proceso de entender esta enfermedad es diferente es por esto que el personal de salud debe estar preparado para iniciar la etapa preventiva para poder transmitir el mensaje de cuidado y llevar a la comunidad a la etapa

participativa. Para que el tratamiento estandarizado de la hipertensión tenga buenos resultados se requiere que el empoderamiento del paciente sea una prioridad. Los pacientes deben estar informados acerca de la enfermedad que tienen, participar en las decisiones relacionadas con su tratamiento y tener la confianza suficiente para expresar sus inquietudes al personal de salud, con quienes debe existir una relación de respeto mutuo.

## Conclusiones

La HTA ha sido uno de los principales factores de riesgo cardiovascular afectando a miles de persona en muchas de ellas llegando a la muestra por no tener un control a tiempo y tomar esta enfermedad por sus propias manos no buscando ayudas oportunas y eficaces.

Se debe contar que el paciente tenga un diagnóstico efectivo cumpliendo con la prevención y un control de la hipertensión no dejar pasar por alto cualquier signo de alarma todo esto se puede lograr de la mano del personal calificado que cuenten con dispositivos electrónicos óptimos para generar y garantizar un protocolo correcto de medición para el paciente.

Los servicios hospitalarios deben contar con una red de apoyo para poder brindar controles de seguimiento a este tipo de pacientes, con esta estrategia se quiso profundizar el tema para mostrar que estos pacientes necesitan de información óptima, necesitan acompañamiento médico, un buen uso de sus medicamentos que él no control adecuado nos puede generar en el paciente una falla en el corazón haciendo que trabaje de más y pierda su fuerza.

Se deben brindar asesorías o charlas donde se le informe al paciente el uso adecuado de los medicamentos y la responsabilidad que deben tener de igual forma informarle de la importancia que tiene una dieta saludable con paciente que padecen de HTA.

Se le quiere garantizar a cada paciente una mejor calidad de vida, donde cuento con administración de medicamentos de manera adecuada y siempre un acompañamiento previo por el médico o enfermero a cargo.

### **Recomendaciones**

Considerándose la HTA (Hipertensión arterial) afecta a gran parte de la población con este trabajo se quiere plantear mejoras y recursos donde se identifiquen los síntomas y riesgos que se pueden presentar al no tener un seguimiento oportuno en pacientes identificados con este tipo de enfermedad, siendo un factor de riesgo cardiovascular, donde aumenta la presión en la que el corazón bombea sangre a las arterias, un conocimiento oportuno se podrá reducir cualquier riesgo con tratamiento adecuados para la HTA.

Por otra parte, el cuidado alimentario es un factor primordial en este tipo de pacientes siempre se recomienda una dieta saludable que se encuentre bajos en sodio y grasas nos ayudara a reducir el riesgo de una hipertensión alta, también se le recomienda al paciente una rutina de ejercicio ya que el sobre peso es uno de los factores que conlleva a padecer este tipo de enfermedad y ocasionar más factores de riesgo.

El personal de la salud debe presentar un seguimiento a estos pacientes donde realicen controles con su tratamiento que no solo incluye medicamentos, también se debe aportar ejercicio y una dieta adecuada para el paciente.

## Referencias

- Arturo, M. (15 de Septiembre de 2013). *Teoría de cambio de comportamiento en salud*.  
Obtenido de Obtenido de Prezi.: [https://prezi.com/yilq\\_ryx8zozj/teoria-de-cambio-de-comportamiento-en-salud/](https://prezi.com/yilq_ryx8zozj/teoria-de-cambio-de-comportamiento-en-salud/)
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). *Análisis de Situación de Salud (ASIS)*. Obtenido de Ministerio de Salud y Protección Social:  
<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/epidemiologia/Paginas/analisis-de-situacion-de-salud-.aspx>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2022). *Comportamiento de la vigilancia de la desnutrición, aguda moderada y severa en Colombia, 2022*. Obtenido de Ministerio de Salud y Protección Social: [https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/BoletinEpidemiologico/2023\\_Bolet%C3%ADn\\_epidemiologico\\_semana\\_10.pdf](https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/BoletinEpidemiologico/2023_Bolet%C3%ADn_epidemiologico_semana_10.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023). *Gestión Integral de Riesgo en Salud*. . Obtenido de Ministerio de Salud y Protección Social:  
<https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/gestion-integral-de-riesgo-en-salud.aspx>
- ONU. (2023). *La Agenda para el Desarrollo Sostenible*. Obtenido de ONU:  
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/development-agenda/>
- ONU. (2023). *Objetivos de Desarrollo Sostenible*. Obtenido de ONU:  
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Ospina, M. (20 de Marzo de 2024). *Reunión de equipos der Microsoft*. Obtenido de Grabación de la web conferencia.: [https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/personal/marthal\\_ospina\\_unad\\_edu\\_co1/\\_layouts/15/stream.aspx?id=](https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/personal/marthal_ospina_unad_edu_co1/_layouts/15/stream.aspx?id=)

%2Fpersonal%2Fmartha%5Fospina%5Funad%5Fedu%5Fco1%2FDocuments%2FRecordings%2FMicrosoft%20Teams%20Meeting%2D20240320%5F190055%2DGrabaci%C3%B3n%20de%20

Sarmiento-Reyes, É. M. (30 de 01 de 2019). *Mortalidad en pacientes hospitalizados en el*

*servicio de medicina interna de un hospital universitario*. Obtenido de

[https://www.redalyc.org/journal/1631/163161125003/html/#:~:text=Conclusiones%3A%](https://www.redalyc.org/journal/1631/163161125003/html/#:~:text=Conclusiones%3A%20la%20mortalidad%20en%20los,la%20falla%20cardiaca%20(30%25).)

[20la%20mortalidad%20en%20los,la%20falla%20cardiaca%20\(30%25\).](https://www.redalyc.org/journal/1631/163161125003/html/#:~:text=Conclusiones%3A%20la%20mortalidad%20en%20los,la%20falla%20cardiaca%20(30%25).)

## Apéndices

### Apéndice A

#### Hipertensión Arterial

**HABLEMOS DE HIPERTENSION ARTERIAL**

AMA TU CORAZON  
MIDE LA PRESION ARTERIAL CADA VEZ QUE VISITES UN CENTRO DE SALUD.

UNAD

**HIPERTENSION arterial**

Es una enfermedad crónica caracterizada por un incremento continuo de a presión sanguínea en las arterias.

La HTA es medida mediante unos datos que describen la presión sistólica 120 y diastólica 80 mmHg.

Se considera una hipertensión a un aumento de 130/80mmHg.

**CAUSAS DE HTA**

- Edad
- Sobrepeso
- Elevado consumo de sal en la alimentación.
- Sedentarismo.
- Consumo de alcohol.

**SINTOMAS**

- Dolor de cabeza fuertes.
- Visión borrosa
- Cansancio

**PRESIÓN ARTERIAL DATOS-CARDIACOS**

¿TIENE PRESIÓN ARTERIAL ALTA "HIPERTENSION ARTERIAL"?

	Normal	Elevada	Hipertensión Arterial	
			Estadio 1	Estadio 2
Sistólica (mmHg)	menor de 120 120	120-129 129	130-139 139	140 o mayor 140
Diastólica (mmHg)	menor de 80 80	80-89 89	90-99 99	100 o mayor 100

Entienda los números de presión arterial, como impacto que hacer para bajarlos

AFEDOC @asahq.org The Trust Heart Institute

<https://www.canva.com/design/DAGGD->

[p9oYI/gHMeFjeRzFZXrp3IpKDD8w/edit?utm\\_content=DAGGD-](https://www.canva.com/design/DAGGD-p9oYI/gHMeFjeRzFZXrp3IpKDD8w/edit?utm_content=DAGGD-)

[p9oYI&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton.](https://www.canva.com/design/DAGGD-p9oYI&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

### Apéndice B

#### Video

<https://drive.google.com/file/d/1zjjnCrLkC4JkGIoQLyqGXfXB4xpcTdvk/view?usp=sharing>

## Apéndice C

### *Medidas de Prevención Para la Mortalidad de Hipertensión Arterial*



[https://www.canva.com/design/DAGGAA7PBdQ/8YBcJL756xEef3aKGPwLMg/edit?utm\\_content=DAGGAA7PBdQ&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAGGAA7PBdQ/8YBcJL756xEef3aKGPwLMg/edit?utm_content=DAGGAA7PBdQ&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)