

EL PAPEL DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL PACIENTE HIPERTENSO

Autoras: Porras Flor, Vanessa ; Linde Ruiz, Nuria



1. INTRODUCCIÓN:

La hipertensión (HTA) es un problema de salud de primer orden. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la Hipertensión Arterial, como una elevación crónica de la presión sanguínea en las arterias, bien sea por elevación de la presión sistólica, de la diastólica o de ambas.

El paciente se vuelve vulnerable, pierde el dominio de sí mismo, por ello surge la supervivencia emocional. Nosotros podemos proporcionar la confianza necesaria para que la persona consiga modificar todos aquellos hábitos y convertirlos en saludables y a su vez controlar la HTA.

2. OBJETIVOS:

- Evaluar el impacto de la Educación para la Salud sobre el control de la hipertensión.
- Conocer la influencia de la Educación en los diferentes tipos de estilos de vida (obesidad, sedentarismo, tabaquismo, dieta...)
- Observar la relación que puede existir entre el entorno y la personalidad con respecto a la hipertensión.

3. MÉTODO:

Estudio realizado con un método experimental y comparativo. Fue llevado a cabo con un grupo de 100 pacientes con hipertensión esencial, y los cuales fueron separados en tres grupos. El estudio fue realizado en el año 2014 con una duración de 5 meses, con edades comprendidas entre 18 a 30 años, siguiendo el *Modelo de Adaptación de Enfermería Calista Roy*.

GRUPO A:	GRUPO B:	GRUPO C:
Reciben educación e información de la Hipertensión y Hábitos saludables.	Reciben información por escrito sobre la Hipertensión y Hábitos saludables.	No reciben ni información ni educación.

4. RESULTADO:

La influencia de la Educación para la Salud es uno de los mejores métodos para el control de la Hipertensión. El **Grupo A** logró un control del **84%** frente al **16%** que no lo logró. A pesar de que la información no es una herramienta tan influenciadora como la educación, el **Grupo B** consiguió un control del **73%** con respecto al **28%** del **Grupo C**.

La influencia de la educación para la salud en la vida saludable recogería resultados satisfactorios:

- **Control de la obesidad:** La influencia de la educación observó un descenso en el índice de masa corporal (IMC), así como el número de personas que perdieron peso.
- **Ejercicio físico:** La educación para la salud influyó de manera ascendente en el placer de realizar ejercicio físico. Esto hizo que disminuyera de forma significativa la hipertensión arterial.
- **Dieta:** El llevar a cabo dietas sanas e hiposódicas también influyó de manera importante, mostrando una gran diferencia entre pacientes que tuvieron educación para la salud de los que no.
- **Tabaquismo:** La educación para la salud al igual que los anteriores puntos comentados, influyó en la hipertensión mostrando los primeros resultados en la primera semana. Además, la mayoría necesitaron de otra ayuda como la farmacológica (parches de nicotina, medicación por vía oral) cuya prescripción fue individualizada y siempre estuvo controlada por un médico. A pesar de los buenos resultados que se obtuvieron, el porcentaje de personas que dejaron de fumar a pesar de la educación dada, fue menor al compararlo con los otros, consiguiendo un 51% del total.

La influencia de la familia, y de la vida laboral sobre el control de la HTA también fue significativa. Aquellos que no tenían trabajo y/o situación personal complicada afectó negativamente en el control de la hipertensión, a pesar de recibir información suficiente y educación.



5. CONCLUSIÓN:

Como hemos podido comprobar, los cambios encontrados en relación con el nivel de conocimiento del paciente, reafirma que la labor del equipo de salud puede ser muy satisfactoria. Las modificaciones positivas en el control de la enfermedad pudieron ser posibles gracias a los conocimientos adquiridos.

Por tanto, podemos decir que la intervención de la enfermería ha sido significativamente eficiente en el buen control de la HTA. Así como también, llevar a cabo una vida saludable influye sobre el control de la misma, la vida familiar y convivencia.

6. BIBLIOGRAFÍA:

- Carles Aguilar, J; Josep Corbeya, A. *Métodos y medios en promoción y educación para la salud*. Universidad Oberta de Cataluña: UOC; 2004.
- Coca A; Aranda P; Redón J. *Manejo del paciente hipertenso en la práctica clínica.*: Buenos aires, Madrid: panamericana; 2009.