

CÓMO EDUCAR A LAS PERSONAS MAYORES CON LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

Autor principal:

ESTEFANIA
FERNÁNDEZ
ALCÁNTARA

Área temática:

Calidad y Prácticas Seguras en el área de Enfermería Comunitaria y Familiar

Palabra clave 1:

Hipertensión arterial (HTA)

Palabra clave 2:

Prevención

Palabra clave 3:

Educación para la salud (EpS)

Palabra clave 4:

Enfermedad Cardio Vascular (ECV)

Resumen:

La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias, a medida que el corazón bombea sangre a su cuerpo. Hipertensión es el término que se utiliza para describir la presión arterial alta y en España la Hipertensión Arterial (HTA) es un problema de salud pública que puede prevenirse mediante la adopción de hábitos de vida cardiosaludables.

Principalmente, en atención primaria se lleva a cabo EpS para la prevención de la HTA como factor de riesgo cardiovascular, y causar impacto mejorando el conocimiento de las personas mayores y generar cambios en su estilo de vida.

El 35% de los adultos es hipertenso, se incrementa al 40% con edades 40-50 años, al 68% en mayores de 60 años. Dentro de los factores de riesgo cardiovasculares (FRCV), la hipertensión arterial (HTA) es el contribuyente más consistente para el desarrollo de las enfermedades cardiovasculares, en ambos sexos y a cualquier edad. Relacionándose 1 de cada 4 muertes totales y 1 de cada 2,5 muertes cardiovasculares en España.

La educación para la salud (EpS) es definida por la OMS (Organización Mundial de la Salud) como “cualquier combinación de actividades que lleve a una situación en la que la población desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud, y haga lo que pueda, individual y colectivamente, para mantener la salud y busque ayuda cuando lo necesite”.

La EpS supone facilitar el aprendizaje dirigido a conseguir cambios en los comportamientos perjudiciales para la salud o mantener los que son saludables.

Antecedentes/Objetivos:

1. Realizar una revisión bibliográfica sobre la experiencia y el desarrollo de la educación en salud con pacientes mayores hipertensos en atención primaria.
2. Describir qué tipo de estudios se han realizado y examinar las principales características y la

convergencia de sus resultados

Descripción del problema - Material y método:

Revisión bibliográfica de lo que se ha publicado en las bases de datos de Ciencias de la Salud con lo relacionado a la Educación para la salud en pacientes hipertensos.

La búsqueda se llevó a cabo consultando los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y en el Medical Subjects Headings (MeSH). En DeCS encontramos todos los términos. En MeSH encontramos para hipertensión el descriptor Hypertension, para educación en salud el descriptor health education, y para atención primaria el término que más se ajustaba era el de community health center.

CINAHL, COCHRANE y PUBMED fueron las bases de datos requeridas para la búsqueda bibliográfica. Se limitó la búsqueda de estudios publicados entre el año 2000 hasta la actualidad, descartando los de años previos.

Resultados y discusión:

La Atención habitual a personas mayores con hipertensión arterial representa un cuidado mínimo o ausente. Un 20% fueron revisiones del tema y el resto, estudios tipo descriptivo u observacional. El número de publicaciones es creciente a partir del año 2008. La mayoría de los trabajos han sido realizados en Estados Unidos, Canadá, con menos referencias en España.

En uno de los artículos encontrados en COCHRANE, de Rodríguez Martín C. et al., dice: “En este tipo de intervención es importante valorar el riesgo cardiovascular y la fase de motivación en la cual se encuentre el paciente ya que el abordaje debe ser diferente”. También añade, otro estudio, que la educación grupal con refuerzo domiciliario es una medida eficaz para mejorar el cumplimiento terapéutico de la hipertensión.

En cuanto a la convergencia de los resultados de los artículos, en toda la bibliografía referida al tema de EpS, se pone de manifiesto que sólo la entrega de información no constituye una enseñanza eficaz; la persona que recibe la información debe estar activamente implicada en el proceso de enseñanza. Asimismo, coincidimos con el estudio de Fahey, et al. cuando dice que la entrega de atención dirigida por enfermeras en las enfermedades crónicas es una intervención .

Aportación del trabajo a la seguridad del paciente:

1. Se deduce que las intervenciones educativas pueden tener buena trascendencia en la mejora de autocuidados de pacientes hipertensos, pues son una población en riesgo elevado de padecer ECV, Concluimos que es necesario desarrollar en el individuo y/o comunidad actitudes responsables para que se sientan constructores de alternativas con el objetivo de disminuir complicaciones, conservar la salud y prolongar la calidad de vida.

2. La Educación en salud para la prevención de ECV en HTA, ha sido poco investigada en nuestro entorno, y lo que hay estudiado se ha realizado en una población pequeña lo que conduce a la heterogeneidad de los resultados y limitación de la validez externa.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

Las evaluaciones pre-post de las intervenciones educativas deberían integrar las valoraciones de enfermería (como la de M. Gordon) para que diera una visión más completa sobre el funcionamiento global del paciente y así conocer el afianzamiento de los autocuidados de los

pacientes hipertensos.

Bibliografía:

1. Ferrer Herrera, I; Sánchez Cartaya, M.E.; Betancourt Fernández I.; Romero Sánchez M.C. Intervención comunitaria educativa del paciente hipertenso en un área de salud. Policlínico Comunitario Docente “Ignacio Agramonte”. Archivo Médico de Camagüey 2003; 7 (3) ISSN 1025-0255.
 2. Fahey T, Schroeder K, Ebrahim S. Interventions Used to Improve Control of Blood Pressure in Patients with Hypertension. Cochrane Database. Syst Rev. 2006(4): CD005182.
 3. Banegas, J.R. El problema del control de la hipertensión en España. Hipertensión. 2002; 289:2363-9.
-