

Día Mundial de la Salud - Domingo 7 de abril del 2013

Tema: Hipertensión

Contexto

La hipertensión (presión arterial alta) es el principal factor de riesgo de muerte y enfermedad en todo el mundo. La hipertensión no controlada ($\geq 140/90$ mm Hg) es el principal causante de las enfermedades cardiovasculares, en particular infartos del miocardio y accidentes cerebrovasculares, también puede originar insuficiencia renal, ceguera, vasculopatía periférica e insuficiencia cardíaca. El riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y otras complicaciones es mayor cuando la hipertensión se acompaña de otros factores tales como el tabaco, el consumo nocivo de alcohol y, la inactividad física, la obesidad, la diabetes y el colesterol elevado.

Uno de cada tres adultos en el mundo tiene hipertensión, esta proporción aumenta con la edad pasando del 10% de las personas entre veinte y treinta años al 50% en mayores de cincuenta. En las Américas, el grado de conocimiento que tienen las personas sobre su condición de hipertensas y las tasas de tratamiento y de control son bajas a pesar de que hay medicamentos eficaces y de bajo costo para controlarla.

El impacto de la hipertensión en las Américas se observa principalmente en las tasas elevadas de enfermedades cardiovasculares. Las tasas actuales de mortalidad por estas enfermedades son mucho más altas en los países de ingresos mediano alto y mediano bajo que en los países de altos y bajos ingresos. Las tasas crecientes de enfermedades cardiovasculares han llevado a un aumento de los gastos sanitarios nacionales, en tanto que el número de muertes prematuras ha causado grandes pérdidas en la fuerza laboral y serias perturbaciones familiares.

La hipertensión, sin embargo, es tanto prevenible como tratable. En algunos países desarrollados, la prevención y el tratamiento de la hipertensión junto a la disminución de otros factores de riesgo relacionados a las enfermedades cardiovasculares han reducido notablemente las defunciones por infarto del miocardio y accidentes cerebrovasculares. Las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares también han bajado en muchos países de las Américas gracias a las mejoras en los programas de prevención y a las intervenciones de los servicios de salud.

Puede disminuir las probabilidades de tener hipertensión haciendo lo siguiente:

- Reducir el consumo de sal
- Tener un régimen alimentario saludable y balanceado
- Evitar el consumo nocivo de alcohol
- Mantenerse físicamente activo
- Mantener un peso corporal saludable

Las personas que tienen hipertensión pueden necesitar uno o más medicamentos para controlarla y deben tomar medidas para reducir otros factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares (consumo de tabaco, consumo nocivo de alcohol, inactividad física, consumo excesivo de sal, régimen alimentario de alto contenido energético, diabetes e hiperlipidemia).

Día Mundial de la Salud

El Día Mundial de la Salud ofrece una oportunidad para concientizar sobre la hipertensión y otras enfermedades no transmisibles, como son las cardiopatías, la diabetes, el cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas, que representan uno de los mayores retos para el desarrollo en el siglo XXI.

Además del público en general y las personas con hipertensión, los destinatarios del Día Mundial de la Salud incluyen el personal del sistema de salud, los proveedores de asistencia sanitaria y los responsables de las políticas públicas.

La Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) trabajará para mantener el impulso del Día Mundial de la Salud a lo largo del 2013, creando sinergias con otras campañas, como son la Semana del Bienestar y los días mundiales del tabaco, el corazón, el riñón, la hipertensión y la diabetes.

Objetivos estratégicos de la OPS

Las actividades de la OPS durante el Día Mundial de la Salud y a lo largo del 2013 promoverán las siguientes prioridades y metas:

- prevenir y tratar la hipertensión y los factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares, con el fin de conseguir una reducción del 25% de las muertes prematuras por enfermedades no transmisibles para el 2025, de acuerdo con la declaración política de la Reunión de alto nivel de las Naciones Unidas sobre las enfermedades no transmisibles;
- promover el concepto del retorno de inversión aplicado a las intervenciones más rentables en la prevención y control de la hipertensión;
- implementar la evaluación del riesgo global de enfermedad cardiovascular para tratar a las personas con alto riesgo de sufrir un evento cardiovascular y
- promover un enfoque interprogramático integral y multisectorial para reducir la epidemia de las enfermedades no transmisibles.

Usando el tema de la hipertensión como motor y catalizador de la acción, la OPS compartirá y optimizará recursos y oportunidades para promover la salud, y prevenir y controlar las enfermedades no transmisibles a lo largo del 2013.