

# “El 95% de las personas con presión arterial alta no siente nada”



**Comúnmente llamada “el asesino silencioso”, la hipertensión arterial es una enfermedad crónica caracterizada por el incremento continuo de los valores de la presión sanguínea en las arterias.**

Con motivo del Día Mundial de la Hipertensión, el **Dr. Roberto López Nouel**, cardiólogo del Centro Médico Docente la Trinidad, alerta sobre la inespecificidad de los síntomas asociados a esta condición que no siempre da señales y puede pasar peligrosamente inadvertida.

“El 95% de las personas con presión arterial alta no siente nada. Hay que tomarse la tensión siendo o no hipertenso”, afirma el especialista, en referencia a la importancia de hacer vigilancia rigurosa de estos valores a partir de los 18 años de edad, practicando por lo menos una toma de tensión al año. Si se trata de una persona hipertensa, entonces la frecuencia debe

ser mayor: salvo que el médico tratante indique una medición especial, se recomienda que un paciente diagnosticado chequee su tensión una o dos veces al mes.

De acuerdo con el **Dr. López Nouel**, muchos pacientes acuden a consulta y registran valores más elevados que los usuales. Es la llamada “hipertensión de bata blanca” y se asocia a la ansiedad natural que experimentan estas personas durante la visita médica. Por ello es importante que el paciente lleve un registro de sus tensiones en el hogar a partir de mediciones aleatorias, es decir, a diferentes horas, efectuando dos tomas seguidas y repitiéndolas al azar. Ésta es una forma efectiva de conocer cuál es la tensión real e identificar irregularidades de forma oportuna, explica el especialista. Con mucha frecuencia –agrega– es necesario un monitoreo ambulatorio de la presión arterial por un periodo de 24 horas (procedimiento llamado MAPA) para hacer un diagnóstico más preciso o establecer la situación de control de la hipertensión arterial del paciente.

**Lena Jahn Santorufo**  
CNP 21837  
lena.jahn@cmdlt.edu.ve