



Mejora la adherencia e interfiere en menor grado en el ritmo de vida diario

TOMARSE EL TRATAMIENTO ANTIHIPERTENSIVO POR LA MAÑANA AYUDA A REDUCIR LA MORBIMORTALIDAD CARDIOVASCULAR

- ⇒ Aunque los expertos debaten sobre el impacto de la cronoterapia, ingerir la medicación en las primeras horas del día disminuye el riesgo de olvidarse las tomas
- ⇒ “Prescribir webs” con información de calidad también mejora el control de la presión arterial, al favorecer que el paciente cumpla con su terapia, afirman los especialistas.
- ⇒ La edad no influye en la asignación del tratamiento: los antihipertensivos de las familias IECA y ARA II, tradicionalmente prescritos en población joven, también son eficaces para prevenir las complicaciones de la HTA en el paciente mayor.

Barcelona, 2 de marzo de 2011.- La administración del tratamiento antihipertensivo en determinados momentos del día ha sido y continúa siendo foco de debate entre los expertos. Sin embargo, los estudios sobre los beneficios del tratamiento de la hipertensión arterial (HTA) en términos de reducción de la morbilidad cardiovascular tienden a sugerir que la administración de la medicación es más adecuada por las mañanas, según ha destacado el doctor **Manuel Gorostidi**, jefe de Servicio de Nefrología del Hospital Universitario Central de Asturias, durante la **16ª Reunión Nacional de la Sociedad Española de Hipertensión Arterial (SEH-LELHA)**, que se está celebrando en Barcelona.

“Sobre la idoneidad de elegir un momento u otro del día, hay expertos que defienden que la cronoterapia –que establece la administración de los tratamientos en función del horario-, mejora el control de la hipertensión (HTA), mientras que por el contrario otras voces opinan que esta elección tiene menos trascendencia que otros muchos aspectos del tratamiento”, comenta el doctor Gorostidi que, sin embargo, se ampara en la idoneidad de tomar la medicación por las mañanas, también por una cuestión de organización: *“Es el momento perfecto antes de que comience el día, de otra forma, las prisas y el estrés pueden hacernos olvidar la toma”.*

Al margen de este debate, lo esencial, según este experto, es que *“los profesionales sanitarios tomen conciencia de la importancia del buen control de la HTA y de facilitar a los pacientes hipertensos una asociación de fármacos antihipertensivos para manejar adecuadamente sus niveles de presión arterial”*. En este sentido, la introducción de nuevas tecnologías ha facilitado la labor de los médicos ya que, según este experto, *“técnicas como la automedida de la presión arterial, la monitorización ambulatoria y la telemedicina aplicada a estas técnicas contribuyen a alcanzar tasas más elevadas de control”*.

La información, la mejor herramienta de control

Ante todo, la base de un buen manejo reside en la gestión de un adecuado canal de información para el paciente, ya que cuanto más informado esté el afectado, mayor es la tasa de probabilidades de cumplimiento, tanto del tratamiento no farmacológico como del farmacológico. *“Sin duda, las páginas web de información de calidad para el paciente como el área del Club del Hipertenso (www.clubdelhipertenso.es) contribuyen a mejorar el control de la HTA”*, argumenta Gorostidi.

Precisamente la difusión de información permite legar al paciente un mayor control sobre el manejo de sus niveles de presión, lo que garantiza un mayor porcentaje de éxito. Las guías clínicas de los últimos años reflejan este compromiso informativo con la sociedad, y hacen hincapié en el papel del propio paciente en la prevención del riesgo cardiovascular. Es más, a juicio de este experto, *“el tratamiento más actual y su indicación más aquilatada por parte del médico estará abocado al fracaso si el paciente no es partícipe de la situación. En la información contrastada por el paciente sobre su proceso está la clave del éxito”*.

Cambios de conceptos

También se han producido cambios en los nuevos fármacos que han aparecido en el mercado, ya que su alta tolerabilidad, los escasos efectos secundarios que provocan y la posibilidad de unificar la dosis de los medicamentos son aspectos básicos que permiten que el tratamiento hipertensivo interfiera mínimamente en el estilo de vida. No obstante, tal como recuerda el doctor Gorostidi, *“tan importante como el fármaco es adquirir unas costumbres saludables y para ello también el médico debe supervisar que los hábitos diarios sean cardiosaludables”*.

Los nuevos tratamientos también han transformado algunas ideas preconcebidas como el impacto de la edad en la elección de tratamiento. *“Tradicionalmente, se entendía que los pacientes jóvenes respondían mejor a los fármacos betabloqueantes, a los inhibidores del enzima de conversión de la angiotensina (IECA) o a los antagonistas de los receptores de la angiotensina II (ARA II), mientras que los pacientes mayores eran más sensibles a diuréticos y calcioantagonistas. Sin embargo, en la actualidad, entendemos que el criterio edad es una variable menor a la hora de elegir un tratamiento, ya que múltiples estudios han demostrado que los IECA y los ARA II*

también son eficaces a la hora de prevenir las complicaciones de la HTA en el paciente de edad avanzada”, argumenta el especialista.

SEH-LELHA

Constituida en 1995, la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-LELHA) es fruto de la unión de la Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (LELHA), creada en 1975, y la Sociedad Española de Hipertensión (SEH), instituida en 1988. La Sociedad está integrada por profesionales sanitarios de todas las especialidades y niveles de atención médica relacionados directamente con el manejo asistencial de la hipertensión arterial y con los cuidados del paciente hipertenso, lo que le confiere una visión integral de la patología cardiovascular.

Entre los objetivos de la SEH-LELHA destaca su interés por impulsar la investigación y el desarrollo científico de todos los aspectos relacionados con el mejor conocimiento de la hipertensión y su implicación en la enfermedad vascular, así como su divulgación a la población general. Para este último fin cuenta, desde el año 2002, con el “*Club del Hipertenso*” (www.clubdelhipertenso.es). Su puesta en marcha responde a la necesidad de informar y educar al colectivo de pacientes que han obtenido información por múltiples vías, pero desconocen muchos aspectos relativos a su enfermedad, así como el impacto de la misma en su salud.

*** Para más información: Gabinete de prensa de la SEH-LELHA
María García de Ceca / Marina Tocón
(91 787 03 00 / 620 84 45 85 / 687 720 287)**