

Colegio de Médicos Postgraduados IMSS, A.C.

"EL FUTURO ES HOY"

XXXIV JORNADA MÉDICA NACIONAL Y XVIII SIMPOSIUM INTERNACIONAL

Febrero 9, 10 y 11 de 2006

Unidad de Congresos del Centro Médico Nacional Siglo XXI

TITULO: ADHERENCIA TERAPEUTICA A RECOMENDACIONES EN EL ESTILO DE VIDA Y CONTROL DE LA HIPERTENSION ARTERIAL

AUTORES: ANGÉLICA AROCHE REYES, Vadillo Ortega Ernesto, Paulin Villalpando Patricia.

Departamento: Medicina Interna, HGZ 30- UMF 21, Iztacalco, México, D. F.

Introducción: Las recomendaciones en el estilo de vida son importantes para el control hipertensivo. Desconocemos la frecuencia de la adherencia a estas recomendaciones y su efecto en el control hipertensivo en nuestro medio. **Objetivo:** Identificar la frecuencia de adherencia a las recomendaciones en el estilo de vida y cuantificar su asociación con el descontrol hipertensivo. **Diseño:** Descriptivo, transversal, analítico y prospectivo. **Ubicación:** 1º. Nivel de atención. **Material y métodos:** Diseñamos, validamos y evaluamos en una fase piloto un instrumento para evaluar la adherencia terapéutica a diversas recomendaciones, en los últimos 8 días. Posteriormente, entrevistamos a 260 pacientes del primer nivel. Consideramos como descontrol hipertensivo el promedio de presiones superiores a 140/90. **Resultados:** Las recomendaciones con menor adherencia fueron: IMC superior al ideal en 221 pacientes (75% de la muestra), consumo de alimentos ricos en grasas en 172 pacientes (el 66%) y no realizar ejercicio en 130 pacientes (50%). Identificamos una mayor adherencia a las recomendaciones de consumo de vegetales-frutas y de ingesta moderada de NaCl y alcohol. Cuantificamos asociaciones estadísticamente significativas entre el control de las cifras diastólicas y un IMC ideal ($p=.032$), con el consumo de alimentos bajos en grasas ($p<0.05$) y con el hábito de ejercicio ($p= 0.007$). **Conclusiones:** La falta de adherencia a las recomendaciones en el estilo de vida es muy frecuente, ocasiona predominantemente descontrol hipertensivo diastólico; y debe recibir mayor atención en nuestra práctica.

| | | | |
|--|--------------------------------------|---|-------|
| FECHA | 28-DICIEMBRE-2005 | CARTEL N°: | |
| DATOS PARA LOCALIZAR AL AUTOR | | | |
| AROCHE | REYES | ANGELICA | |
| APELLIDO PATERNO | APELLIDO MATERNO | NOMBRE(S) | |
| Plutarco Elías Calles No. 473 | Sta. Anita | 08300 | |
| CALLE Y NÚMERO | COLONIA | C.P. | |
| Iztacalco | México | Distrito Federal | |
| DELEGACIÓN O MUNICIPIO | CIUDAD | ESTADO | |
| 56 50 20 55 Cardiología o control 4 | ernvad@prodigy.net.mx | | |
| TELÉFONO(S) | E-MAIL | | |
| MÉDICO RESIDENTE <input type="radio"/> | MÉDICO DE BASE <input type="radio"/> | MÉDICO DE CONFIANZA <input type="radio"/> | FIRMA |