

EN EL DÍA MUNDIAL DE LA SALUD, LA ONU INSTA A PREVENIR LA HIPERTENSIÓN¹

El Día Mundial de la Salud se celebra el 7 de abril para conmemorar el aniversario de la creación de la Organización Mundial de la Salud en 1948. Cada año se elige para ese día un tema que pone de relieve una esfera de interés prioritario para la salud pública mundial.



07 de abril, 2013 — Uno de cada tres adultos en todo el mundo sufre de presión alta o hipertensión, una de las principales causas de muerte en países ricos y pobres, resaltó el Secretario General de la ONU.²

¹ Centro de Noticias de la ONU: <http://www.un.org/spanish/News>

² La hipertensión- también conocida como tensión arterial alta – aumenta el riesgo de infartos de miocardio, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal. La hipertensión no controlada puede causar también ceguera, irregularidades del ritmo cardiaco y fallo cardiaco. El riesgo de que se presenten esas complicaciones es mayor si se dan otros factores de riesgo cardiovascular como la diabetes. Uno de cada tres adultos del mundo padece hipertensión. Esa proporción aumenta con la edad: una de cada diez personas de 20 a 40 años, y cinco de cada diez de 50 a 60 años. La prevalencia más alta se observa en algunos países de ingresos bajos de África; se cree que la hipertensión afecta a más del 40% de los adultos en muchos países de ese continente. No obstante, la hipertensión se puede prevenir y tratar. En algunos países en desarrollo, la prevención y el tratamiento de la hipertensión, y de otros factores de riesgo cardiovascular, ha hecho que disminuyan las muertes por cardiopatías. El riesgo de padecer hipertensión se puede reducir:

- disminuyendo la ingestión de sal
- siguiendo una dieta equilibrada
- evitando el uso nocivo de alcohol
- haciendo ejercicio con regularidad
- manteniendo un peso saludable
- evitando el consumo de tabaco.

El Día Mundial de la Salud, que se celebra este domingo 7 de abril, está dedicado a alertar sobre esa dolencia.

En un mensaje, Ban Ki-moon recordó que la presión arterial elevada es uno de los principales detonantes de las enfermedades cardiovasculares, por lo que es imprescindible su detección temprana.

En ese sentido, alentó a todos los adultos a que se realicen controles periódicos en establecimientos de salud para conocer sus propios niveles de presión y a adoptar hábitos de vida más saludables.

Ban destacó que las enfermedades no transmisibles afectan a todos los países por igual, pero que los más golpeados son los que menos posibilidades tienen de asumir los costos sociales y económicos, como la pérdida de su fuerza de trabajo por muertes prematuras.

05 de abril, 2013. — De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS) al menos uno de cada tres adultos en las Américas tiene la presión arterial alta, por encima de 140 y 90, lo que aumenta el riesgo de sufrir un infarto de miocardio, un accidente cerebrovascular o una insuficiencia renal crónica.

Por esa razón, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) animó a todas las personas a medir su presión arterial de forma periódica y a los servicios médicos a incluir ese chequeo en la atención sanitaria que prestan a los usuarios.

Al conmemorarse este domingo el Día Mundial de la Salud, la OPS subrayó que controlar la presión arterial es clave, pues la hipertensión es una enfermedad que en muchos casos no presenta síntomas.

Pedro Ordúñez, Asesor en Enfermedades No Transmisibles de la OPS/OMS aludió precisamente a ese aspecto en una entrevista con Radio ONU y subrayó la necesidad de seguir una dieta balanceada, así como de los riesgos que implica el tabaco y el consumo nocivo de alcohol.

Estudios recientes muestran que las tasas de control de la hipertensión suelen ser bajas en América Latina, de entre el 12 y el 41 por ciento, si bien en países como Canadá, Cuba y Estados Unidos se ha avanzado y superan el 50 por ciento.

Colombia, Bolivia, Ecuador, Perú, Argentina y México son algunos países en los que se están promocionando políticas que ayudan a reducir el riesgo de la hipertensión.

Las autoridades sanitarias de las Américas aprobaron en 2012 una estrategia para la prevención y el control de enfermedades no transmisibles, con la meta de reducir en un

25 por ciento la mortalidad prematura por enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes, y enfermedades respiratorias crónicas para 2025.

Mayor concientización, comportamientos saludables...

El objetivo último del Día Mundial de la Salud 2013 es reducir el número de infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares. Las metas específicas de la campaña son:

- **promover la toma de conciencia sobre las causas y las consecuencias de la hipertensión;**
- **animar a la población a modificar los comportamientos que pueden provocar hipertensión.**
- **convencer a los adultos de que controlen su presión arterial periódicamente;**
- **aumentar el número de centros de salud en los que se puedan realizar chequeos de la tensión arterial; y**
- **alentar a las autoridades nacionales y locales a crear entornos que favorezcan comportamientos saludables.**

----- 0 -----