

PLAN DE CUIDADOS AL PACIENTE HIPERTENSO

Filomena Lavados Burgos, Catalina González Palomino

Hospital San Pedro de Alcántara

INTRODUCCION

Hipertensión: es la elevación crónica y persistente de la presión sanguínea dentro de las arterias.

Actualmente constituye uno de los problemas más importantes de salud pública confirmándose por abundante bibliografía que entre un 10 y un 20 % de la población adulta en países desarrollados padecen hipertensión arterial, variando estos porcentajes en los distintos países, debido a factores ambientales y genéticos.

PLAN DE CUIDADOS

El presente trabajo tiene como meta elaborar un Programa de Educación para mejorar la calidad de vida en el paciente hipertenso:

- 1.2) Diagnóstico; Problema real o potencial.
- 2.2) Resultados esperados.
- 3.2) Acciones de Enfermería.
- 4.9) Actuación preventiva.

PLAN DE CUIDADOS EN EL PACIENTE HIPERTENSO

DIAGNOSTICO PROBLEMA	RESULTADO ESPERADO	
1) Elevación cifras tensionales por encima de lo normal.	Mantener cifras tensiones normales para su edad.	Toma de tensión arterial cada 4/6 horas y según prescripción facultativa. Administración del tratamiento hipotensor en caso necesario y según prescripción médica. Vigilar, evolución de tensión arteriaj. Mantener al paciente en reposo. Toma y control de TA Tratamiento del problema causante de la alteración. Crear clima relajado entorno al paciente. Control de peso diario. Tomará dieta hipocalórica e hiposódica Control de dieta e ingesta de líquidos Estimular al paciente en el cumplimiento de la dieta
2) Alteración del bien estar del individuo.	Recuperación de su estado físico.	
3) Alteración nutricional mayor de los requerimientos temporales.	Mantener peso corporal del paciente dentro de los límites considerados normales para su edad, sexo y talla.	

Conseguir que el paciente tome conciencia de la importancia que tiene para su salud el seguimiento correcto del tratamiento impuesto.

Administración del tratamiento.
Vigilar que el paciente tome correctamente la medicación.
Estimular al paciente para el seguimiento correcto del tratamiento.

4) Incumplimiento del régimen terapéutico.

PLAN DE CUIDADOS EN DIAGNOSTICO PROBLEMA

- 1) Elevación cifras tensionales por encima de lo normal.
- 2) Alteración del bienestar del individuo.
- 3) Alteración nutricional mayor de los requerimientos temporales.
- 4) Incumplimiento del régimen terapéutico.

EL PACIENTE HIPERTENSO

ACTUACION PREVENTIVA

Se informará de la importancia que tiene conservar cifras tensionales adecuadas para el individuo. Se aconsejará al paciente del seguimiento periódico de la toma de su tensión arterial; y de los medio extrahospitalarios que se encuentren a su alcance para el seguimiento de la misma (farmacias, centros de salud, etc.). Comunicaremos al paciente que en caso de stress o angustia la importancia que tiene conseguir una relajación física y mental y mantener un clima tranquilo entorno suyo, para ello informaremos de los métodos que se encuentran a su alcance en el mercado como (videos, cintas musicales, ejercicio físico de relajación, yoga, etc.). En caso de alteración física importante (cefaleas intensas, epistaxis etc.) el paciente se dirigirá a un centro sanitario o consulta médica ambulatoria para su tratamiento. Comunicaremos al paciente de la utilización correcta y seguimiento de dieta hiposódica para su problema tensional suprimiendo también el consumo de tóxicos (tabaco, alcohol y otras drogas). Se informará al paciente de los riesgos potenciales o reales que pueda tener ignorando su enfermedad, es importante no angustiar al paciente, hay que darle apoyo en todo momento y explicarle claramente que si sigue las paulas del tratamiento *logrará controlar sus cifras tensionales y podrá llevar*

CONCLUSIONES

Dentro de las funciones del personal de enfermería ante un enfermo con hipertensión arterial debe subrayarse el papel educador en cuanto a profilaxis o prevención.

Se establecerá una buena comunicación con el paciente y sus familiares con el fin de informarles detalladamente, según el nivel cultural, social y laboral, de las características del procedimiento y sus consecuencias.

Motivaremos al paciente para un control riguroso de la tensión arterial] e intentaremos lograr su máxima adhesión al cumplimiento de los programas terapéuticos indicados por el médico, tanto en lo que atañe a régimen higiénico, hábitos, dietas como a la ingesta de los fármacos.

Asimismo se tenderá a una motivación de la población en general a fin de que el control adecuado de la presión sanguínea facilite un diagnóstico precoz.