



Publicación N.º 3. HTA e intensificación en el tratamiento desde el inicio
¿Qué dicen las nuevas guías?: Octubre'24

Comentario del experto:

Dr. Carlos Escobar Cervantes

Cardiólogo. Hospital Universitario La Paz. Madrid.

Cifras e impacto de la hipertensión arterial en España

Banegas JR, Sánchez-Martínez M, Gijón-Conde T, et al.

Rev Esp Cardiol (Engl Ed). 2024 May 1 Epub ahead of print. doi: 10.1016/j.rec.2024.03.011.

Resumen:

Recientemente se ha publicado en la Revista Española de Cardiología un artículo de revisión sobre la situación actual de la hipertensión arterial en España.

Las conclusiones principales de este estudio indican que, considerando la población adulta española (30-79 años), aproximadamente una de cada tres personas tenía hipertensión arterial justo antes de la pandemia por COVID-19 (2019), lo que supone en números absolutos unos 10 millones de sujetos. De estos, algo más de dos tercios (68,5 %) estaban diagnosticados, el 57,4 % (83,8 % de los diagnosticados) estaban recibiendo tratamiento para la hipertensión arterial y el 32,7 % alcanzaban los objetivos de control de presión arterial (57,1 % de los tratados; 47,8 % de los diagnosticados). Además, hubo importantes variaciones geográficas entre las comunidades autónomas. Esto tiene importantes implicaciones clínicas, ya que en España se producen cada año aproximadamente 46 000 muertes de origen cardiovascular atribuibles directamente a la hipertensión arterial.

Se han identificado diversos factores como causantes de este mal control de la presión arterial, tales como el fenómeno de bata blanca, la disponibilidad limitada de la MAPA y la AMPA, una insuficiente adherencia al tratamiento, los estilos de vida poco saludables (obesidad, inactividad física) y la inercia terapéutica (uso insuficiente de la terapia combinada), entre otros.

Comentario personal:

Sin duda, se trata de una revisión de gran interés y calidad, donde se analiza de manera muy exhaustiva la situación actual de la hipertensión arterial en España, poniéndola en un contexto tanto temporal (qué ha pasado en los últimos años) como en comparación con otros países.

La hipertensión arterial constituye uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares en el mundo. En España, aproximadamente 10 millones de adultos la padecen. A pesar de su importancia, y aunque ha mejorado en los últimos años, lo cierto es que todavía existe un número de sujetos importante (alrededor de un tercio) que desconocían el diagnóstico de hipertensión, más del 40 % no recibían tratamiento para la hipertensión arterial y dos tercios estaban fuera de objetivos. Sin duda, cifras francamente mejorables y que explican las 46 000 muertes de origen cardiovascular que se producen cada año. Hay datos más recientes, como los aportados en el estudio IBERICAN, en el que se ha incluido a algo más de 8000 sujetos adultos atendidos en Atención Primaria, de los que aproximadamente la mitad (48 %) tenía hipertensión arterial, el 55 % estaba tomando al menos dos fármacos antihipertensivos y el 58 % tenía una presión arterial < 140/90 mmHg (*Front. Cardiovasc. Med.* 2023;10:1295174). Aunque estas cifras parecerían indicar una mejora en el control de la hipertensión arterial, hay que tener en cuenta que se trataba de una población seleccionada, que estaba siendo atendida en Atención Primaria. En cualquier caso, confirma que la optimización del tratamiento antihipertensivo permite mejorar las cifras de control de la presión arterial.

Afortunadamente, la reducción de las cifras de presión arterial mediante el tratamiento para la hipertensión disminuye el riesgo de presentar complicaciones cardiovasculares, incluida la muerte. En consecuencia, es fundamental que todas las partes implicadas (profesionales sanitarios, administraciones y pacientes) hagan los esfuerzos necesarios para mejorar esta situación. Cualquier mejora que obtengamos se va a traducir indudablemente en una disminución de la morbimortalidad cardiovascular en España.

De los factores más importantes que se indican como causantes de este mal control de la presión arterial, la aproximación debe realizarse a varios niveles, actuando sobre todos los actores implicados de una manera realista. Por parte de la administración, fomentando campañas informativas sobre la hipertensión arterial, en especial acerca de la importancia de adquirir unos hábitos de vida saludables. Destaca particularmente la reducción de la obesidad, que alcanza cifras epidémicas en nuestra población, así como facilitar el acceso a la MAPA, entre otros. Por parte de los profesionales sanitarios, mejorando la detección de la hipertensión arterial, por ejemplo, mediante la medición de la presión arterial a los pacientes de especial riesgo; fomentando la AMPA, lo que permitiría descartar mejor la hipertensión de bata blanca y conocer el grado de control real del paciente, pero, sobre todo, mediante un mayor empleo de la terapia combinada, que es clave para mejorar el control de la hipertensión arterial. Y, por supuesto, por parte del paciente, mejorando la adherencia al tratamiento farmacológico (explicando la importancia de que el paciente se tome la medicación, aunque se encuentre asintomático) y no farmacológico (disminución de peso en el sujeto con sobrepeso/obesidad y fomento de la actividad física).

En definitiva, en España los datos de hipertensión arterial son alarmantes, tanto por el número de sujetos con hipertensión arterial como por el mal control de la presión arterial. Afortunadamente, disponemos de herramientas eficaces, como la terapia combinada, cuyo mayor uso mejoraría el control de la presión arterial en nuestro país y reduciría el número de complicaciones cardiovasculares.

