

Martínez Pareja, JA.; Ojeda García, E.; Carrasco Blanco A.

La Hipertensión Arterial (HA) es considerada en sí misma una enfermedad y un Factor de Riesgo Cardiovascular. Las estrategias encaminadas a la prevención y detección precoz de la HA, así como de los hábitos modificables favorecedores de HA o que dificultan su control, son fundamentales para disminuir el riesgo de Enfermedad Cardiovascular en la población.

OBJETIVO

Determinar de una forma sencilla el cumplimiento o no de hábitos saludables modificables con una estrategia en la población que acude a la farmacia por un control rutinario de Tensión Arterial (TA).

Elaborar un perfil donde la actuación de la farmacia como educadora sanitaria tenga mayor incidencia.

MATERIAL Y MÉTODOS

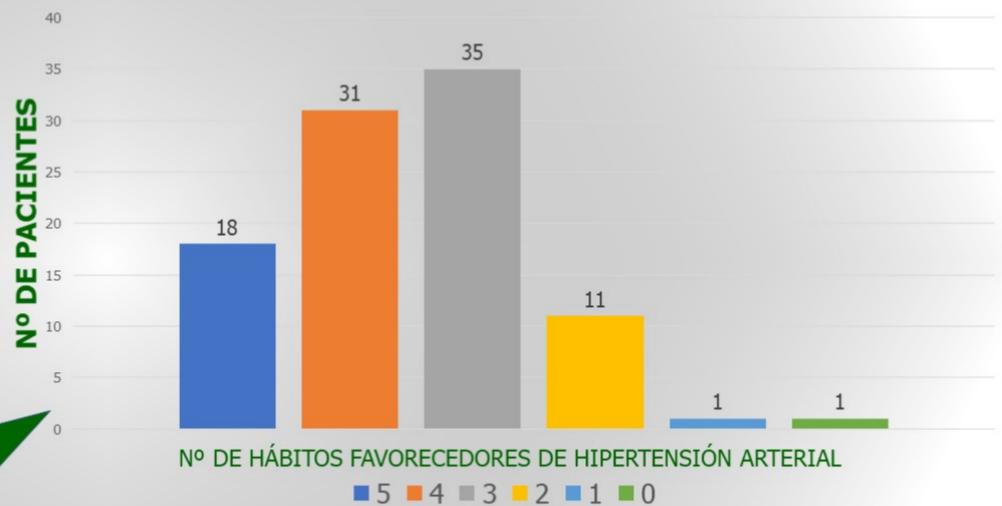
Registro de datos de los pacientes que acuden a la FC para control de TA mediante la ficha de paciente normalmente usada por la farmacia.

Se toman datos de hábitos de tabaquismo, sedentarismo (no hacer ejercicio moderado 30'/día), ingesta diaria de fruta/verdura, consumo de alcohol habitual e IMC > 25 kg/m². Se trasladan a la herramienta de control de los pacientes que usa la FC.

RESULTADOS

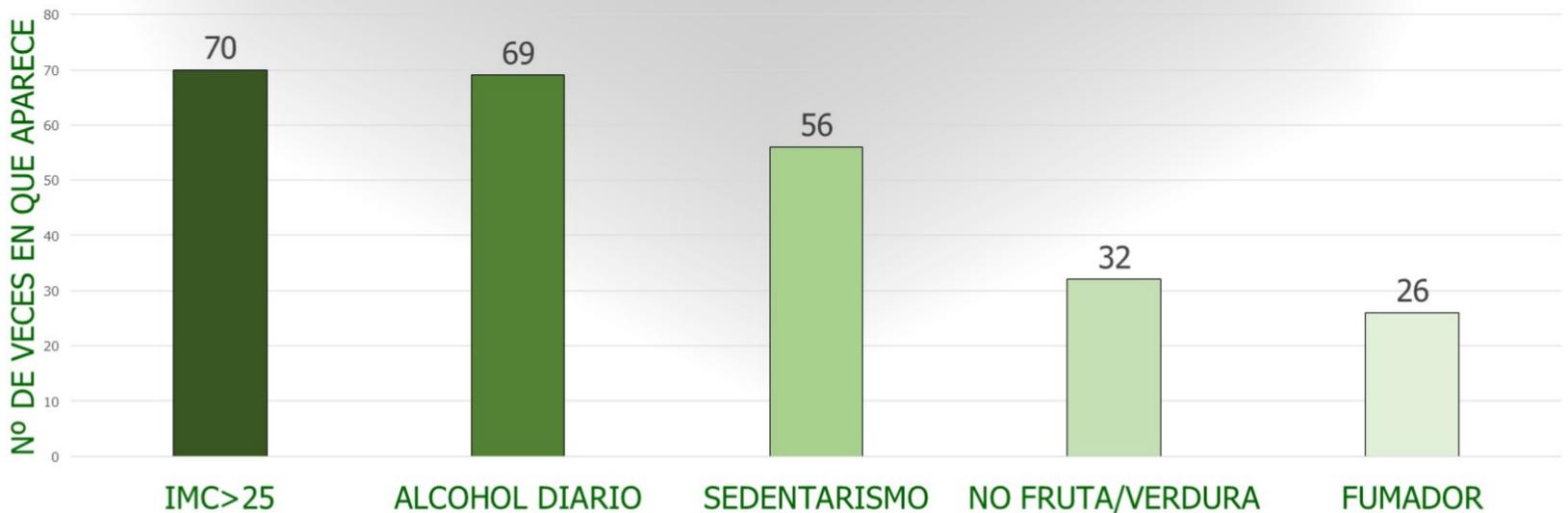
Se miden las cifras de TA a **97 pacientes** que lo solicitan voluntariamente o por recomendación de la farmacia (entre octubre de 2017 y marzo de 2018)

Situación de la TA Pacientes



EL 86,6% DE LOS PACIENTES ESTUDIADOS TIENEN 3 Ó MÁS HÁBITOS FAVORECEDORES DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL O QUE DIFICULTAN SU CONTROL

HÁBITOS MODIFICABLES MÁS REPETIDOS



CONCLUSIONES

- El registro de datos de manera rutinaria del cumplimiento de hábitos saludables de los pacientes que se atienden en la farmacia permite tener un **perfil de hábitos modificables** donde la FC puede actuar para mejorar el riesgo de padecer HA o su control.
- Los resultados obtenidos ponen de manifiesto que un asesoramiento en nutrición desde la FC ayudaría en el control de la HA y en su prevención.