

En México, la hipertensión arterial es un problema de salud público

Se estima que para el año 2030 morirán cerca de 24 millones de personas por enfermedades cardiovasculares y seguirá siendo la principal causa de muerte a nivel global.

Una de cada tres mexicanos que es mayor de 18 años padece hipertensión arterial, enfermedad crónica degenerativa que registra 7 millones de casos y provoca alrededor de 50 mil muertes al año, revela el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

De acuerdo con la dependencia, la hipertensión arterial es una enfermedad grave pero silenciosa, ya que no da síntomas; en donde, el sobrepeso y la obesidad están involucrados. Una persona que sufre de esta enfermedad, incrementa el riesgo de complicaciones en caso de contagiarse por la Covid 19.

En promedio, hay alrededor de 15.2 millones de mexicanos y mexicanas que sufren de presión arterial, así como se estima que la mitad de ellos, lo desconoce. El IMSS señala que, cada día causa la muerte de 138 personas. La dependencia de salud establece que, conforme se incrementa la edad crece el porcentaje de población con ese diagnóstico, principalmente a partir de los 50 años.

Las afectaciones a largo plazo para un paciente de hipertensión arterial pueden provocar infarto, insuficiencia cardíaca, accidentes cerebrovasculares; entre otras. Se estima que para el año 2030 morirán cerca de 24 millones de personas por enfermedades cardiovasculares y seguirá siendo la principal causa de muerte a nivel global, advirtió el ex jefe de Ecocardiografía del Hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional La Raza del IMSS, Alonso Lara Olivares.

El desarrollo de la hipertensión tiene que ver en cómo viven las personas su día a día, ya que existen factores que pueden dar pie a dicha enfermedad y uno de ellos es la mala alimentación, consumir alimentos con exceso de sal y grasas, el consumo intenso de alcohol, de tabaco, el estrés mal controlado, sedentarismo, obesidad, sobrepeso, edad y antecedentes familiares; informa el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP)



SUMARIO

En México hay 15.2 millones de mexicanos y mexicanas que sufren de hipertensión arterial, sin embargo, la mitad de ellos no sabe que tienen el padecimiento y quienes sí lo saben no se atienden por falta de recursos económicos, debido a sus bajos ingresos.

Pero, ciertamente, son millones de personas en el país que, aunque sepan que padecen de esa enfermedad no se atienden por falta de recursos económicos, pues de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), el 31 por ciento de los mexicanos gana menos de 3 mil pesos al mes, situación que agrava la pobreza, el rezago social y económico.

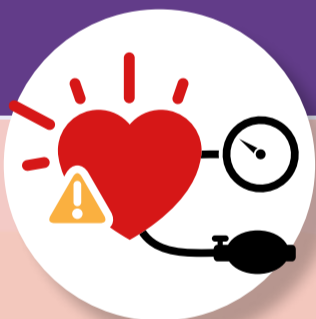
Acciones de ayuda

Congregación Mariana Trinitaria (CMT), organización fundada desde hace 24 años por la doctora Catalina Mendoza, tiene el compromiso de velar por la salud de las y los mexicanos; tanto, que está formada por un Modelo de Ecosistema de Bienestar el cual tiene once de Cadenas de Bienestar.

Dentro de esas cadenas está la de Alimentación y la de Salud, fomentando acciones para que las personas puedan alcanzar una alimentación adecuada, además de acceso a servicios que puedan atender diversas patologías y fomentar la prevención de la salud.

Si todos y todas, desde casa, cuidamos nuestra alimentación y la de nuestra familia, fomentando buenos hábitos alimenticios y brindando alimentos de primera necesidad, es probable evitar enfermedades como la hipertensión arterial, la diabetes; entre otras y vivir con una mejor calidad de vida, una mejor salud.

Estados de la República Mexicana con más habitantes que sufren hipertensión arterial



Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).

Entidades federativas de México con menos habitantes que sufren hipertensión arterial



Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).

Consecuencias de enfermarse

Si una persona con dicha enfermedad es portadora de la Covid 19, las consecuencias de los síntomas podrían causarle hasta la muerte, informa el IMSS; ya que las comorbilidades que se pueden asociar llegan a ser peligrosas, debido a que el virus ataca a las células de los pulmones, los cuales se encargan de regular la presión arterial.

La hipertensión es una de las enfermedades crónicas más costosas en México, junto con la diabetes y la insuficiencia renal. De acuerdo con cifras del Instituto Mexicano del Seguro Social, 31.5 por ciento de la población mexicana enfrenta este padecimiento y su tratamiento puede ir de los mil a los 3 mil pesos mensuales, llevando un sistema de atención adecuado y dependiendo de la gravedad del paciente.