

HIPERTENSIÓN EN DIABETES MELLITUS 2

¿Qué relación tienen?

La hipertensión es una condición mórbida altamente relacionada con la diabetes en la cual el objetivo será mantener la presión en un rango inferior a 130/80mmHg.

Incluyendo a aquellos que cuentan con un riesgo cardiovascular o aquellos que ya pasaron por uno tales como una cardiopatía isquémica, enfermedad arterial periférica, enfermedad cerebrovascular(1).



Tratamiento

La primera línea de elección para la hipertensión en pacientes diabéticos son los Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECA) y los bloqueadores de los receptores de angiotensina (ARA II). No obstante también es recomendado el uso de bloqueadores beta, bloqueadores del canal de calcio, y diuréticos (en dosis bajas como complementaria para alcanzar la concentración sanguínea)(2).

Se debe de tener cuidado al momento de usar los bloqueadores beta ya que en pacientes con elevado riesgo de hipoglucemia puede “apagar” los síntomas de advertencia al momento de una hipoglucemia(2).

Estilo de vida

En los pacientes que cuentan con ambas enfermedades es sumamente importante un cambio en el estilo de vida para asegurar una calidad de vida elevada(3).

- Perdida de peso.
- Restricción calórica.
- Reducción de consumo de sodio (<2,300mg/día).
- Aumento de consumo de fruta y verdura.
- Consumo de lacteos bajos en grasa.
- Evitar consumo de alcohol.
- Realizar actividad física (o aumento de la misma).

