

Estrategias para un control eficaz de la hipertensión arterial en España. Documento de consenso

Antonio Coca^a, Pedro Aranda^b, Vicente Bertomeu^c, Álvaro Bonet^d, Enric Esmatjes^e, Francisco Guillén^f, Julio Hernández-Moreno^g, José Luis Llisterri^h, Rafael Marín-Iranzoⁱ, Carmen Megía^j, Leocadio Rodríguez-Mañas^k y Carmen Suárez^l

^aUnidad de Hipertensión Arterial. Instituto de Medicina y Dermatología. Hospital Clínic (IDIBAPS). Universidad de Barcelona. Sociedad Española de Hipertensión (SEH-LELHA). Barcelona. España.

^bUnidad de Hipertensión Arterial y Riesgo Vascular. Hospital General Universitario Carlos Haya. Sociedad Española de Hipertensión (SEH-LELHA). Málaga. España.

^cServicio de Cardiología. Hospital Universitario de San Juan. Sección de Hipertensión de la Sociedad Española de Cardiología (SEC-HTA). Alicante. España.

^dDepartamento 9 de la Conselleria de Sanitat de Valencia. Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC). Valencia. España.

^eServicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Clínic (IDIBAPS). Universidad de Barcelona. Sociedad Española de Diabetes (SEDO). Barcelona. España.

^fServicio de Geriatría. Hospital Universitario de Getafe. Sociedad Española de Geriatría y Gerontología (SEGG). Getafe. Madrid. España.

^gCentro de Salud de Polán. Grupo de Habilidades en Hipertensión de la Sociedad Española de Medicina General (SEMG). Toledo. España.

^hCentro de Salud Ingeniero Joaquín Benloch. Sociedad Española de Medicina Rural y General (SEMERGEN). Valencia. España.

ⁱServicio de Nefrología. Unidad de Hipertensión. Hospital Universitario Central de Asturias. Sociedad Española de Nefrología (SEN). Oviedo. Asturias. España.

^jConsejo General de Colegios de Farmacéuticos de España. Madrid. España.

^kServicio de Geriatría. Fundación para la Investigación Biomédica. Hospital Universitario de Getafe. Sociedad Española de Medicina Geriátrica (SEMEG). Madrid. España.

^lServicio de Medicina Interna. Hospital Universitario de la Princesa. Grupo de Riesgo Vascular de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Madrid. España.

INTRODUCCIÓN

El objetivo del tratamiento antihipertensivo es reducir la morbilidad cardiovascular asociada a las cifras elevadas de presión arterial (PA). Para alcanzarlo, es preciso aplicar una serie de medidas encaminadas tanto a reducir la PA como a disminuir el impacto de otros posibles factores de riesgo cardiovascular asociados^{1,2}. Prácticamente todas las guías nacionales e internacionales¹⁻⁷ coinciden en que el objetivo terapéutico para todos los

pacientes con hipertensión arterial (HTA) esencial de más de 18 años de edad es lograr un descenso de la PA, estable y sostenido, a menos de 140 mmHg de PA sistólica (PAS) y de 90 mmHg de PA diastólica (PAD). Además, muchas de ellas señalan la conveniencia de alcanzar la PA óptima y estabilizarla a valores del orden de 120/80 mmHg o inferiores en la población de pacientes hipertensos de menos de 60 años. Finalmente, todas las recomendaciones indican con firmeza reducir la PA a menos de 130/80 mmHg para los pacientes diabéticos o con enfermedad cardiovascular establecida, y a menos de 125/75 mmHg para los pacientes con insuficiencia renal y proteinuria superior a 1 g/24 h. En cualquier caso, el objetivo de mantener a los hipertensos tratados por debajo de 140/90 mmHg está universalmente aceptado.

No se conoce con precisión el efecto real del tratamiento antihipertensivo en la población española de pacientes hipertensos, aunque los datos disponibles considerados en su conjunto apuntan a tasas de control de PA entre el 13 y el 39%⁸⁻²⁵. Esta amplia variación obedece a factores de diversa índole, como: *a)* utilización de distintos criterios de control a lo largo del tiempo (160/95 frente a 140/90 mmHg); *b)* utilización en algunos estudios de

De acuerdo con los autores y los editores, este artículo se publica paralelamente y de forma íntegra en las siguientes publicaciones: *Semergen, Hipertensión, Revista Nefrología y Revista Clínica Española*.

Correspondencia: Dr. A. Coca.

Hospital Clínic.

Villarroel, 170. 08036 Barcelona. España.

Correo electrónico: acoca@clinic.ub.es

Recibido el 31-5-2006; aceptado el 6-7-2006.

TABLA 1. Posibles medidas para mejorar el control de la presión arterial (PA)

Mejorar la metodología habitual en la medida de la PA
Evitar en lo posible la reacción de alerta del paciente en la consulta (descanso previo de unos 5 min antes de la medida de la PA)
Disminuir el efecto «bata blanca»
Rechazar rutinariamente la primera medida de PA obtenida (mucho más dependiente de la reacción de alerta que las sucesivas)
Utilizar aparatos automáticos validados (disminuir errores del observador)
Plasmar las cifras reales de la PA en la historia clínica y evitar el redondeo
Estimular la automedida de la PA (AMPA) en el domicilio
Mejorar el cumplimiento terapéutico por el paciente
Esquemas sencillos
Dosis única diaria siempre que sea posible
Concienciar al paciente de la importancia del tratamiento
Usar los fármacos más eficientes y mejor tolerados por el paciente
Uso preferente de asociaciones fijas frente a múltiples comprimidos
Visitas no excesivamente espaciadas en tiempo. Estimular el uso de la AMPA
Clarificar el objetivo terapéutico que el médico debe aplicar
Directrices con conceptos rigurosos aunque sencillos, resumidos y fáciles de memorizar
Asumir que la cifra de PA que se debe alcanzar depende del riesgo del paciente, que debe estratificarse de manera individualizada
Asumir la importancia de conseguir el objetivo tanto para la PA sistólica como para la PA diastólica
Mejorar el tratamiento farmacológico
Tratamiento basado en los objetivos de control y no en «percepciones del paciente, del médico, la enfermera o el farmacéutico»
Utilizar los fármacos a las dosis plenas recomendadas (siempre que sea posible)
Estimular el uso de asociaciones fijas
Tratamiento intensivo encaminado al control (asociar múltiples fármacos de acción sinérgica o aditiva siempre que se toleren)

muestras de pequeño tamaño no representativas de la población hipertensa; c) diferentes ámbitos de los estudios (población general, atención primaria, unidades de HTA, etc.); d) comparación de pacientes procedentes de áreas geográficas con distinta prevalencia de HTA que impide extrapolar los datos al conjunto del territorio nacional; e) heterogeneidad metodológica en la medición de la PA, y f) descripción de tasas de control respecto del grupo de hipertensos tratados o del total de hipertensos detectados.

Con los criterios generales de control utilizados en la actualidad ($PA < 140/90$ mmHg), mucho más estrictos que los recomendados antiguamente por la Organización Mundial de la Salud²⁶, que exigían cifras de PA inferiores a 160/95 mmHg, se hace difícil establecer comparaciones que permitan analizar la evolución de las tasas de control con el paso del tiempo. No obstante, los estudios Controlpres^{14,20,23,25} realizados desde 1995 hasta 2005, con una periodicidad de 3 años e idéntica metodología, han permitido observar un aumento progresivo y constante de las tasas de control, que en la actualidad alcanzan casi al 39% de los pacientes hipertensos atendidos en centros

de atención primaria. Si se asume que sólo el 44,5% de los pacientes hipertensos tiene conocimiento de su condición y existe una tasa de tratamiento del 71,9% en la población hipertensa española²¹, el control de alrededor del 39% observado en los estudios PRESCAP y Controlpres 2003 entre los pacientes tratados en centros de atención primaria supondría en realidad tasas de control de únicamente el 16,3% del total de la población hipertensa, conocida o no^{24,25}.

Las razones del control insuficiente son múltiples y complejas. En la tabla 1 se apuntan algunas posibles soluciones para mejorar el control actual de la PA. No obstante, estas soluciones las han sugerido repetidamente los grupos de expertos desde hace muchos años y a pesar de ello las tasas de control siguen siendo insuficientes.

Por este motivo, un grupo de profesionales españoles de distintas especialidades médicas, con amplia experiencia en la atención de pacientes hipertensos y en representación de las distintas sociedades científicas y colegios profesionales españoles relacionadas con el riesgo cardiovascular, han constituido un foro de discusión con

el objeto de consensuar medidas concretas efectivas que mejoren el control de la PA en España. Estas medidas afectan a los profesionales de la salud (médicos, profesionales de enfermería y farmacéuticos), a la Administración sanitaria y a los propios pacientes. Este documento resume los resultados de esta conferencia de consenso en 5 grandes grupos de medidas.

Medidas para mejorar la metodología habitual en la medición de la presión arterial en la consulta

1. En los centros de atención primaria se debe estimular la creación de gabinetes de medida de la PA a cargo de profesionales de enfermería entrenados, siguiendo el mismo modelo que existe en las unidades de hipertensión hospitalarias.

2. La medida de la PA debe normalizarse en todos los lugares donde se practica, siguiendo el método consensuado y recomendado por todas las guías nacionales e internacionales.

3. Aunque es preciso aumentar los tiempos destinados por el médico y el profesional de enfermería a la atención del paciente hipertenso, se asume como un hecho enormemente complejo conseguir aumentar el tiempo del médico. Sin embargo, sí es posible aumentar el tiempo dedicado por el profesional de enfermería a esta atención, con inclusión de la medida normalizada de PA en el centro de salud. El tiempo de dedicación ha de basarse en las necesidades del paciente.

4. Los farmacéuticos de oficinas de farmacia deben implicarse en la correcta medida de la PA de los pacientes que acuden a las farmacias, para lo que deben seguir el método normalizado. Para ello, deberán recibir formación específica y ser certificados.

5. Se debe estimular el uso de equipos automáticos validados, tanto para la medida en la consulta, la medida en la oficina de farmacia y la automedida domiciliaria por el propio paciente. Los equipos certificados y validados se exponen de manera permanente en la página web siguiente: www.dableducational.org

6. Deben realizarse todos los esfuerzos posibles para que la medición correcta de la PA esté incluida en la formación de pregrado de medicina.

Automedida domiciliaria

1. Se debe estimular la automedida domiciliaria de la PA (AMPA) para todos los pacientes en los que se ha detectado «reacción de alerta» en la medida en la consulta (HTA clínica aislada o «HTA de bata blanca»). Las cifras de normalidad de la AMPA no son las mismas de la consulta y están 5 mmHg por debajo de éstas. Los profesionales implicados y los pacientes deben conocer que las cifras de normalidad de la AMPA son 135/85 mmHg.

2. Se debe utilizar únicamente equipos automáticos validados. Los de brazal tradicional se preferirán a los de medida en la muñeca (www.dableducational.org).

3. En la mayoría de los casos los pacientes deben adquirir el equipo, aunque en situaciones excepcionales se podrán suministrar para uso temporal desde los centros de salud. Ello implica tomar medidas para disminuir los precios de los equipos de medición y utilizar sólo equipos debidamente validados.

Medidas para mejorar el cumplimiento terapéutico por el paciente

1. Los actores más importantes implicados en la evaluación y la mejora del cumplimiento terapéutico por el paciente hipertenso son el médico y los profesionales de enfermería que configuran el equipo asistencial. Aunque es el médico quien realiza la prescripción, los profesionales de enfermería y los farmacéuticos de oficina de farmacia pueden y deben actuar como detectores de incumplimiento, y contribuir a su mejora.

2. Es absolutamente necesario mejorar la relación entre el médico y el paciente para optimizar el cumplimiento. Ello supone disponer de más tiempo en la consulta, no sólo en la consulta médica, sino particularmente en la consulta de enfermería. Los tiempos de dedicación deben ajustarse a las necesidades del paciente y a su capacidad de comprensión.

3. La mejor forma de mejorar el cumplimiento es concienciar al paciente, implicándolo a él y a su familia en el control de su enfermedad. Lo ideal es entregar soporte escrito al paciente sobre su situación, objetivos a alcanzar y las recomendaciones terapéuticas.

4. La optimización del tratamiento debe ser una prioridad absoluta. Deben procurarse tratamientos simples, utilizar el menor número posible de comprimidos o tabletas y favorecer el uso de combinaciones fijas.

5. Existe descoordinación entre los distintos estamentos médicos, particularmente entre la atención primaria y el centro de referencia hospitalario. Este hecho puede generar desconfianza en el paciente, que se potencia cuando se producen cambios de tratamiento por una u otra parte.

6. No se debe proceder a cambiar los esquemas terapéuticos prescritos por uno u otro profesional sin el mutuo conocimiento.

7. Los profesionales de enfermería son los indicados para controlar el cumplimiento a partir de guías previamente consensuadas sobre cumplimiento terapéutico.

8. El profesional de enfermería del equipo de atención primaria debe explicar al paciente cómo se van modifi-

cando sus cifras de PA con el tratamiento prescrito por su médico e involucrar al paciente en el éxito de éste.

9. En la consulta médica y de enfermería deben instaurarse de manera rutinaria 2 preguntas muy relevantes: ¿Toma usted la medicación que le han prescrito? ¿Qué está tomando? Aunque la respuesta a la primera de las preguntas sea positiva, al realizar la segunda se puede detectar si el paciente no realiza el tratamiento indicado en forma correcta. La evaluación del grado de cumplimiento en la consulta médica debe formar parte de la rutina asistencial.

10. El farmacéutico puede colaborar en el control de la enfermedad desde la dispensación del medicamento. Para ello haría falta que los sistemas informáticos de las farmacias advirtieran de alguna manera si el paciente está comprando su medicación fuera del período en el que debió hacerlo.

11. Se debe solucionar de manera urgente el gran problema derivado de la posibilidad de que el farmacéutico cambie las marcas dispensadas del mismo principio activo (cambio de tamaño, color o forma del comprimido o tableta). Esto genera gran confusión en el paciente, particularmente en el paciente anciano que recibe múltiples medicamentos, y dificulta sobremanera el cumplimiento.

12. La administración sanitaria debe propiciar medidas de difusión advirtiendo a la población sobre los riesgos asociados al incumplimiento terapéutico.

13. La administración sanitaria debe facilitar la resolución de los problemas mencionados a fin de mejorar el cumplimiento: tiempo de consulta, facilitar el uso de combinaciones fijas para los pacientes, frenar los cambios de marca del principio activo.

Medidas para clarificar el objetivo de presión arterial que el médico debe fijar

1. Los incentivos salariales deben aplicarse a la consecución de objetivos de salud y no a la elección de tratamientos más baratos que no consigan esos objetivos. Estimular el uso de genéricos o de diuréticos tiacídicos en primera opción no tiene justificación si no se consiguen los objetivos de control de la PA.

2. La consecución de objetivos de salud debe mantenerse en el tiempo, lo cual implica auditar estos objetivos y mantener la motivación.

3. El objetivo más importante en el paciente hipertenso debe ser lograr que la mayoría de la población consiga alcanzar y mantener cifras inferiores a 140/90 mmHg. En los pacientes de alto riesgo el objetivo debe ser conseguir y mantener cifras inferiores a 130/80 mmHg.

4. Las autoridades sanitarias deben convencerse de la necesidad de incentivar los objetivos de salud. Aunque a

corto plazo puede implicar un aumento del gasto en medicamentos, a largo plazo se producirá una reducción del gasto global al promover una disminución del número de complicaciones cardiovasculares mayores que requieren ingresos hospitalarios y posterior rehabilitación. La sustitución de un medicamento antihipertensivo por otro en los pacientes no controlados, que constituye la práctica más frecuente en la actualidad, resulta a corto y medio plazo más caro y menos efectivo que la asociación de un segundo fármaco sinérgico al tratamiento habitual. Los cambios de medicación deberían obedecer solamente a la presencia de efectos adversos asociados o a ineficacia manifiesta.

Medidas para mejorar el tratamiento y control de la hipertensión arterial

1. Debe estimularse la recomendación de los cambios del estilo de vida en todos los pacientes hipertensos. El cambio del estilo de vida no sólo ejerce su acción beneficiosa en la HTA, sino que ayuda a corregir otros factores de riesgo y aumenta la efectividad del tratamiento farmacológico.

2. Se sugiere la colocación de advertencias en las cajas de los medicamentos antihipertensivos (a modo de las advertencias en los paquetes de cigarrillos) que hagan mención sobre la importancia de cumplir con los cambios del estilo de vida.

3. Los cambios del estilo de vida y sus objetivos deben definirse claramente y comunicarlos al paciente (p. ej., debe disminuir en 5 kg su peso actual) y en lo posible deben entregarse en forma escrita y controlarlos en cada consulta a fin de alcanzar los objetivos deseados en un plazo adecuado.

4. Optimizar el tratamiento implica necesariamente modificar la «inerzia clínica». Los profesionales deberían actuar conforme a guías terapéuticas o algoritmos que obliguen a modificar la conducta en los casos en que los objetivos pautados para cada paciente no se hayan alcanzado.

5. Se propone la entrega de «tarjetas» definiendo objetivos «posibles» para el paciente concreto. Tanto el paciente y su entorno (familiares, cuidadores, etc.) como su médico, profesional de enfermería o farmacéutico deben conocer los objetivos e intentar alcanzarlos. La tarjeta debería incluir algún ítem para evaluar el cumplimiento terapéutico.

6. Los profesionales de enfermería del equipo de salud involucrados deberían tener incentivos propios por la contribución a la consecución de los objetivos de salud.

Aspectos de formación continuada

1. Se debe estimular la formación profesional continua divulgando los contenidos de las guías clínicas. Es ne-

cesario promover la creación de guías más sencillas consensuadas por las sociedades científicas implicadas.

2. Promover la formación implica conseguir que el médico, el profesional de enfermería y el farmacéutico la acepten con ilusión y confíen en sus resultados.

3. La formación de los farmacéuticos debe canalizarse a través de los colegios de farmacéuticos, con la ayuda de las sociedades científicas pertinentes. Estos colegios podrían certificar la capacitación de los profesionales.

4. La formación de los profesionales de enfermería debe canalizarse a través de los colegios de enfermería, con la ayuda de las sociedades científicas pertinentes. Estos colegios podrían certificar la capacitación de los profesionales.

5. En resumen, la formación continuada de todos los estamentos profesionales implicados en el cuidado del paciente hipertenso debe ser una pieza fundamental en el proceso de mejora de una praxis médica protocolizada en guías clínicas de actuación por procesos. La evidencia científica debe comunicarse y difundirse a todos los profesionales si queremos que se practique una «medicina fundamentada en evidencias».

BIBLIOGRAFÍA

1. Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL Jr, et al; National Heart, Lung, and Blood Institute Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure; National High Blood Pressure Education Program Coordinating Committee. The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure: the JNC 7 report. *JAMA*. 2003;289:2560-72.
2. Guidelines Committee. 2003 European Society of Hypertension-European Society of Cardiology guidelines for the management of arterial hypertension. *J Hypertens*. 2003;21:1011-53.
3. World Health Organization, International Society of Hypertension Writing Group. 2003 World Health Organization (WHO)/International Society of Hypertension (ISH) statement on management of hypertension. *J Hypertens*. 2003;21:1983-92.
4. Ramsay LE, Williams B, Johnston GD, MacGregor GA, Poston L, Potter JF, et al. Guidelines for management of hypertension: report of the fourth working party of the British Hypertension Society, 2004-BHS IV. *J Hum Hypertens*. 2004;18:139-85.
5. Khan NA, McAlister FA, Campbell NR, Feldman RD, Rabkin S, Mahon J, et al. The 2004 Canadian recommendations for the management of hypertension: Part II-Therapy. *Can J Cardiol*. 2004;20:41-54.
6. González-Juanatey JR, Mazón P, Soria F, Barrios V, Rodríguez-Padial L, Bertomeu V. Actualización de las Guías de práctica clínica de la Sociedad Española de Cardiología en hipertensión arterial. *Rev Esp Cardiol*. 2003;56:487-97.
7. Sociedad Española de Hipertensión. Guía española de Hipertensión Arterial 2005. *Hipertensión*. 2005;22 Suppl 2:S1-S84.
8. Nayati S. Estudio epidemiológico de la hipertensión arterial en la ciudad y provincia de Valladolid. *Hipertensión*. 1987;4:164-67.
9. Armario P, Hernández R, Gasulla JM, Alonso A, Tresserras R, Pardell H. Prevalencia de hipertensión arterial en l'Hospitalet de Llobregat. Evolución de la tasa de control entre 1981 y 1987. *Med Clin (Barc)*. 1990;94:570-5.
10. Cía P, Martínez P, Poncel P, Blasco M, Altisent R, Ortiz Remache PP, et al. Prevalencia de hipertensión arterial en Aragón. *Hipertensión*. 1990;7:59-65.
11. Badia X, Rovira J, Tresserras R, Trinxet C, Segú JL, Pardell H. El coste de la hipertensión arterial en España. *Med Clin (Barc)*. 1992;99:769-73.
12. Banegas JR, Villar F, Pérez C, Jiménez R, Gil E, Muñiz J, et al. Estudio epidemiológico de los factores de riesgo cardiovascular en la población española de 35 a 64 años. *Rev San Hig Pub*. 1993;67:419-45.
13. Abelleira A, Otero A. Tipo de tratamiento y grado de control de la hipertensión arterial en la población adulta de Orense. *Hipertensión*. 1994;11:133-7.
14. Coca A. Control de la hipertensión arterial en España. Resultados del estudio Controlpres 95. *Hipertensión*. 1995;12:182-8.
15. Luque M, Martell N, Fernandez-Pinilla MC. Actitud del médico de atención primaria ante el paciente hipertenso. *Hipertensión*. 1995;12:80-6.
16. Grupo colaborativo Peso-HTA. Prevalencia de sobrepeso/obesidad en la población hipertensa española mayor de 39 años atendida en centros de salud. Parte I: metodología del estudio y resultados preliminares. *J Hypertens* (ed. española). 1995;2 Suppl 2:S17-S23.
17. Puras A, Sanchis C. El control de la hipertensión arterial en España: el objetivo más importante pero más olvidado de los últimos años. *Med Clin (Barc)*. 1997;108:734-6.
18. Coca A, Soler J, Plana J, Roma J. Control de la hipertensión arterial en Unidades de Hipertensión de Hospitales Comarcales. Resultados de un modelo de asistencia multicéntrica protocolizada. *Hipertensión*. 1997;14:14-26.
19. Compañ L, Vioque J, Quiles J, Hernández-Aguado I, Borrás F. Prevalencia y control de la hipertensión arterial en la población adulta de la Comunidad Valenciana. 1994. *Med Clin (Barc)*. 1998;110:328-33.
20. Coca A. Evolución del control de la hipertensión arterial en España. Resultados del estudio Controlpres 98. *Hipertensión*. 1998;15:298-307.
21. Banegas JR, Rodríguez F, De la Cruz JJ, Guallar P, Del Rey J. Blood Pressure in Spain. Distribution, awareness, control, and benefits of a reduction in average pressure. *Hypertension*. 1998;32:998-1002.
22. Coca A, Gabriel R, De la Figuera M, López-Sendón JL, Fernández R, Sa-gastagoitia JD, et al. The impact of different echocardiographic diagnostic criteria on the prevalence of left ventricular hypertrophy in essential hypertension: the VITAE study. *J Hypertens*. 1999;17:1471-80.
23. Coca A. Evolución del control de la hipertensión arterial en España. Resultados del estudio Controlpres 2001. *Hipertensión*. 2002;19:390-9.
24. Llisterri JL, Rodríguez G, Alonso FJ, Lou S, División JA, Santos JA, et al. Control de la presión arterial en la población hipertensa española atendida en atención primaria. Estudio PRESCAP 2002. *Med Clin (Barc)*. 2004;122:165-71.
25. Coca A. Evolución del control de la hipertensión arterial en atención primaria en España. Resultados del estudio Controlpres 2003. *Hipertensión*. 2005;22:5-14.
26. Informe de un Comité de Expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Hipertensión Arterial. Ginebra: OMS 1978. Serie de Informes Técnicos n.º 628.