

¿Qué son los medicamentos para la presión arterial alta?

Su médico le recetó medicamentos para ayudar a disminuir su presión arterial. También tiene que hacer otros cambios en su estilo de vida que lo ayudarán a reducir la presión arterial entre los que se incluyen: alcanzar y mantener un peso saludable, disminuir la ingesta de sodio (sal), seguir una dieta saludable para el corazón, hacer actividad física regularmente y limitar el alcohol a un vaso por día (para mujeres) o dos (para hombres). ¡Si sigue su plan de terapia general podrá estar en camino hacia una vida más sana!

¿Qué debo saber sobre los medicamentos?

- Su médico podría recetarle uno o más medicamentos para normalizar su presión arterial.
- Los medicamentos actúan de diferentes maneras para ayudar a disminuir la presión arterial.
- Los medicamentos sólo funcionan si los toma de manera regular.
- Nunca deje de tomar los medicamentos por su cuenta.
- Incluso luego de que se reduzca la presión arterial, puede seguir necesitando tomar los medicamentos, quizás por el resto de su vida, para mantener su presión arterial en niveles normales.

¿Cómo puedo recordar cuándo tomar el medicamento?

A veces es difícil llevar el control del medicamento. Pero para estar seguro, debe tomarlos de manera adecuada. Las siguientes son algunas recomendaciones:

- Tome su medicamento a la misma hora cada día.
- Tome su medicamento junto a un evento diario, como cepillar sus dientes.
- Use una caja de pastillas semanal con separadores para cada día o momento del día.
- Pídale a sus familiares y amigos que lo ayuden a recordar.
- Use un calendario de medicamentos.
- Configure un recordatorio en su teléfono inteligente.

¿Qué tipos de medicamentos existen?

- Los DIURÉTICOS eliminan el exceso de agua y sodio (sal) del organismo y ayudan a controlar la presión arterial.
- Los BLOQUEADORES BETA reducen el ritmo cardíaco y la salida de sangre del corazón, lo que reduce la presión arterial.
- Los VASODILADORES, INHIBIDORES DE LA ENZIMA CONVERTIDORA DE LA ANGIOTENSINA (ECA), BLOQUEADORES DEL RECEPTOR DE LA ANGIOTENSINA (ARBs) y BLOQUEADORES DEL CANAL DE CALCIO relajan y abren los vasos sanguíneos estrechos y reducen la presión arterial.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Para muchas personas, los medicamentos contra la presión alta pueden reducir eficazmente la presión arterial, aunque algunos tipos pueden causar efectos secundarios. Avísele a su médico si presenta efectos secundarios, pero no deje de tomar sus medicamentos por decisión propia para evitar tenerlos. A continuación se incluyen algunos de los efectos secundarios que podrían presentarse:

- Debilidad, cansancio o somnolencia
- Disfunción eréctil
- Manos y pies fríos
- Depresión o pereza
- Problemas para dormir o pesadillas
- Latido cardíaco lento o rápido
- Sarpullido
- Pérdida del gusto o boca seca
- Tos seca y constante, congestión nasal o síntomas de asma
- Hinchazón de los tobillos, calambres en las piernas o dolor en las articulaciones
- Dolor de cabeza, mareos o hinchazón alrededor de los ojos
- Estreñimiento o diarrea
- Fiebre o anemia