



¿Qué son los medicamentos para la presión arterial alta?

Su proveedor de atención de la salud 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, como: no fumar, alcanzar y mantener un peso saludable, disminuir la ingesta de sodio (sal), seguir una dieta saludable para el corazón que incluya alimentos ricos en potasio, hacer actividad física regularmente y limitar el consumo de 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!



¡Tomar los medicamentos de la forma en que le indica su proveedor de atención de la salud es fundamental para que su presión arterial esté al nivel que debe estar!

¿Qué debo saber sobre tomar los medicamentos?

- Su proveedor de atención de la salud 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 medicamentos, quizás por el resto de su vida, para mantener su presión arterial en niveles normales.

¿Cómo puedo recordar cuándo tomarlo?

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 suceso diario, como al 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 se pueden recetar?

Uno o más de estos medicamentos se utilizan al principio para tratar la presión arterial alta.

- Los DIURÉTICOS TIAZÍDICOS eliminan el exceso de agua y sodio (sal) del organismo y ayudan a controlar la presión arterial. A veces se les llama "píldoras de agua".
- Los INHIBIDORES DE LA ENZIMA CONVERTIDORA DE ANGIOTENSINA (ECA), los BLOQUEADORES DEL RECEPTOR DE LA ANGIOTENSINA (ARBs) II y los BLOQUEADORES DEL CANAL DE CALCIO relajan y abren los vasos sanguíneos estrechos y reducen la presión arterial.

(continuado)

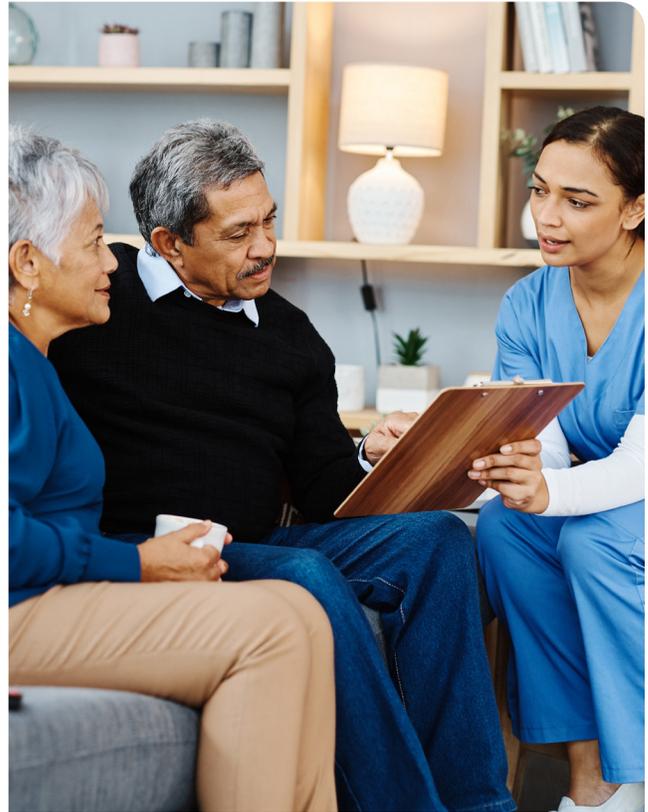


¿Cuáles son los efectos secundarios?

Para muchas personas, los medicamentos contra la presión arterial pueden reducir eficazmente la presión arterial, aunque algunos tipos pueden causar efectos secundarios. Avísele a su proveedor de atención de la salud si presenta efectos secundarios. Pero no deje de tomar sus medicamentos por decisión propia para evitar tenerlos. Su proveedor de atención de la salud puede trabajar junto con usted para encontrar el medicamento o la dosis que mejor se adapte a su situación.

Estos son algunos de los efectos secundarios más comunes:

- Debilidad, cansancio o somnolencia
- Disfunción eréctil
- Problemas para dormir
- Latido cardíaco lento o rápido
- Sarpullido
- Sed
- Tos
- Calambres musculares
- Dolor de cabeza, mareo o aturdimiento
- Estreñimiento o diarrea



¿Dónde puedo obtener más información?

- 1 Llame al **1-800-AHA-USA1** (1-800-242-8721), o visite heart.org para aprender más sobre las enfermedades del corazón y los ataques cerebrales.
- 2 Suscríbase para recibir *Heart Insight*, un boletín electrónico gratuito para pacientes cardíacos y sus familias en HeartInsight.org.
- 3 Conéctese con otras personas que comparten vidas similares con enfermedad del corazón y ataque cerebral, uniéndose a la red de apoyo en heart.org/SupportNetwork.

¿Tiene alguna pregunta para su médico o enfermero?

Tómese unos minutos y escriba sus propias preguntas para la próxima vez que consulte a su proveedor de atención de la salud.

Por ejemplo:

¿Debo evitar algún alimento u otros medicamentos?

¿Qué reacciones o efectos secundarios debo esperar?

MIS PREGUNTAS:

Tenemos muchas otras hojas de datos para ayudarlo a tomar decisiones más saludables para reducir su riesgo, controlar su enfermedad o cuidar a un ser querido. Visite heart.org/RespuestasDelCorazon para aprender más.