



## **SI TENGO HIPERTENSIÓN, ¿Qué debo saber acerca de la COVID-19?**

A lo largo de estos meses en los que hemos sufrido el embate de la pandemia por COVID-19, nos ha llegado información diversa sobre la Hipertensión Arterial y el riesgo que supone padecerla en caso de contagiarse de COVID-19.

Hoy queremos traer apartes de las directrices impartidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que esperamos sean de gran utilidad. Recuerden que, ante cualquier duda, el Servicio Médico y de Enfermería de la Universidad Libre Seccional Pereira, está disponible bajo la modalidad de Teleconsulta; estamos atentos a las necesidades de atención de nuestra comunidad Unilibrista.

### **¿TIENEN LAS PERSONAS CON HIPERTENSIÓN MAYOR PROBABILIDAD DE CONTRAER LA COVID-19?**

Las personas con hipertensión, especialmente las de más edad, tienen mayor probabilidad de presentar síntomas graves de la COVID-19 que las personas sin hipertensión. También es mayor la tasa de muerte por el coronavirus en las personas con hipertensión.

### **SI TENGO HIPERTENSIÓN, ¿QUÉ DEBO HACER PARA EVITAR CONTRAER LA COVID-19?**

- ✓ Lávese las manos con frecuencia y evite siempre tocarse la cara.
- ✓ Permanezca alejado de toda persona que sepa que está enferma.
- ✓ Pida a sus familiares y amigos que están enfermos o que podrían estarlo que no le visiten.
- ✓ Permanezca siempre como mínimo a 2 metros de distancia de toda persona cuando esté fuera de su casa.
- ✓ Reduzca al mínimo, y si fuera posible, evite por completo ir a lugares donde haya muchas personas, lo que incluye negocios, supermercados y farmacias. Cuando sea posible, pida a un amigo o un pariente que esté sano que le compre lo que necesite.

### **¿QUÉ DEBO HACER SI ME SIENTO MAL?**

- ✓ Llame a su médico de inmediato.
- ✓ Hay otras razones además de la COVID-19 que pueden estar haciendo que se sienta mal y, al tener hipertensión, muchas otras enfermedades podrían ser graves.
- ✓ Sepa reconocer una urgencia por hipertensión arterial, cuando su tensión arterial aumenta por encima de 180/110 mmHg. A menudo se presenta con dolor en el pecho, dificultad para respirar o hablar, dolor de cabeza, cambio de visión, o



- ✓ No tema buscar atención si no se siente bien. La mayoría de los hospitales y los consultorios han organizado mecanismos para proteger de la infección por el coronavirus a las personas que acuden por otras razones. Es importante que reciba ayuda si está enfermo.

## ¿DEBO IR AÚN AL MÉDICO PARA LAS CITAS PERIÓDICAS PROGRAMADAS?

- ✓ Es importante que mantenga sus citas médicas periódicas programadas.
- ✓ Muchos consultorios han establecido mecanismos para hablar con el médico por teléfono, sin tener que desplazarse al consultorio. De esta manera usted se mantiene seguro, lejos de los lugares donde podría exponerse al coronavirus. Sin embargo, es importante asegurar una alternativa para la medición de la presión arterial, a través de un dispositivo electrónico que pueda recomendarle su médico.

## ¿HAY ALGO QUE DEBA SABER ACERCA DE MIS MEDICAMENTOS FRENTE A LA PANDEMIA DE COVID-19?

- ✓ No comience ni interrumpa ninguna medicación sin hablar primero con su médico.
- ✓ Lo más importante es que tome sus medicamentos con regularidad como se los hayan recetado y que mantenga su tensión arterial estable.
- ✓ Asegúrese de no quedarse sin medicación.
- ✓ En este momento no hay ninguna indicación de que se deba suspender algún medicamento si usted contrae la COVID-19.

**Tomado del sitio web de la OMS-OPS <https://www.paho.org/es>**

Resumido por Equipo de Salud Bienestar Universitario -  
Universidad Libre Seccional Pereira.