	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 1 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

NOMBRE DEL EVENTO: HIPERTENSION ARTERIAL Y DENGUE

ORIGEN: INTERNO	DICTADO POR: Enfermera Profesional
---------------------------	---

FECHA: 18/07/2025	LUGAR: ORGANIZACIÓN IPS LADMEDIS	DURACIÓN: 1 Hora
-----------------------------	---	-------------------------

OBJETIVO

Brindar a los usuarios conocimientos básicos sobre la hipertensión arterial y dengue, incluyendo sus causas, síntomas, factores de riesgo, consecuencias y estrategias de afrontamiento, con el fin de promover la identificación temprana, el autocuidado y la búsqueda oportuna de apoyo profesional para mejorar el bienestar general.

BREVE EXPLICACIÓN DEL CONTENIDO

HIPERTENSION ARTERIAL


La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a su cuerpo. Hipertensión es el término médico que se utiliza para describir la presión arterial alta.

Si se deja sin tratamiento, la presión arterial puede llevar a muchas afecciones médicas. Estas incluyen enfermedades del corazón, accidente cerebrovascular, insuficiencia renal, problemas en los ojos y otros problemas de salud.

Las lecturas de la presión arterial generalmente se dan como dos números. El número superior se denomina presión arterial sistólica. El número inferior se llama presión arterial diastólica. Por ejemplo, 120 sobre 80 (escrito como 120/80 mm Hg).

Uno o ambos números pueden ser demasiado altos. (Nota: los siguientes números estas aplican a personas que no están tomando medicamentos para la presión arterial y para quienes no están enfermos).

- Una presión arterial normal es cuando la presión arterial es menor a 120/80 mm Hg la mayoría de las veces.
- Una presión arterial alta (hipertensión) es cuando uno o ambos números de la presión arterial son de 130/80 mm Hg o mayores la mayoría de las veces.
- Si el valor del número superior de su presión arterial es de 120 a 129 mm Hg y el valor del número inferior es menor a 80 mm Hg, se denomina presión arterial elevada.

	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 2 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Si tiene problemas cardíacos o renales, o si tuvo un accidente cerebrovascular, es posible que el Proveedor de atención médica le recomiende que su presión arterial sea incluso más baja que la de las personas que no padecen estas afecciones.

Causas

Muchos factores pueden afectar la presión arterial, incluso:

- La cantidad de agua y de sal que usted tiene en el cuerpo
- El estado de los riñones, el sistema nervioso o los vasos sanguíneos
- Sus niveles hormonales

Usted es más propenso a que le digan que su presión arterial está demasiado alta a medida que envejece. Esto se debe a que los vasos sanguíneos se vuelven más rígidos con la edad. Cuando esto sucede, la presión arterial se eleva. La hipertensión arterial aumenta la probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular, un ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca, enfermedad renal o muerte prematura.


Usted tiene un riesgo más alto de sufrir hipertensión arterial si:

- Es afroamericano
- Es obeso
- Con frecuencia está estresado o ansioso
- Toma alcohol (más de 1 trago al día para las mujeres y más de 2 al día para los hombres)
- [Consume demasiada sal](#)
- Tiene un antecedente familiar de hipertensión arterial
- Tiene [diabetes](#)
- Fuma o consume tabaco

La mayoría de las veces no se identifica ninguna causa de presión arterial alta. Esto se denomina hipertensión esencial.

La hipertensión causada por otra afección o por un medicamento que esté tomando se denomina hipertensión secundaria. Esta puede deberse a:

- [Enfermedad renal crónica](#)
- Trastornos de las glándulas suprarrenales (como [feocromocitoma](#) o [síndrome de Cushing](#))
- [Hiperparatiroidismo](#)
- Embarazo o [preeclampsia](#)
- Medicamentos como las píldoras anticonceptivas, pastillas para adelgazar, algunos medicamentos para el resfriado, medicamentos para la migraña, corticosteroides, algunos antipsicóticos y ciertos medicamentos utilizados para tratar el cáncer

	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 3 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

- Estrechamiento de la arteria que irriga sangre al riñón ([estenosis de la arteria renal](#))
- [Apnea obstructiva del sueño](#) (AOS)

Síntomas

En la mayoría de los casos, no se presentan síntomas. En la mayoría de las personas, la hipertensión arterial se detecta cuando visitan a su proveedor o se la hacen medir en otra parte. Debido a que no hay ningún síntoma, las personas pueden sufrir enfermedad cardíaca y problemas renales sin saber que tienen hipertensión arterial.

La [hipertensión maligna](#) es una forma peligrosa de presión arterial muy alta. Los síntomas incluyen:

- [Dolor de cabeza](#) fuerte
- Náuseas o vómitos
- Confusión
- Cambios en la visión
- Sangrado nasal

Pruebas y exámenes


El diagnóstico y el tratamiento temprano de presión arterial alta puede ayudar a prevenir enfermedad cardíaca, accidentes cerebrovasculares, problemas visuales y enfermedad renal crónica.

Su proveedor [medirá la presión arterial](#) varias veces antes de diagnosticarle hipertensión arterial. Es normal que su presión arterial sea distinta según la hora del día.

Todos los adultos mayores de 18 años deben controlarse la presión arterial periódicamente. Para las personas mayores de 40 años, se recomienda controlarse la presión arterial una vez al año. Para algunas personas de entre 18 y 39 años, controlarse con menos frecuencia puede ser suficiente. Las personas con antecedentes de presión arterial alta o con factores de riesgo de hipertensión podrían necesitar mediciones más frecuentes. Consulte con su médico sobre la mejor opción para usted.

Las lecturas de la presión arterial que usted se toma en su casa pueden ser una mejor medida de su presión arterial actual que las que se toman en el consultorio del proveedor.

- Cerciórese de conseguir un [tensiómetro casero](#) de buen ajuste y de buena calidad. Debe tener el manguito del tamaño apropiado y un lector digital.
- Practique con su proveedor para corroborar que esté tomando su presión arterial correctamente.
- Usted debe estar relajado y sentado por cinco minutos o más antes de tomar la lectura.
- Lleve el tensiómetro casero a sus citas médicas para que su proveedor pueda verificar si está funcionando correctamente.

	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 4 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Su proveedor llevará a cabo un examen físico para buscar signos de enfermedad del corazón, daño a sus ojos y otros cambios en el cuerpo.

También se pueden hacer exámenes para buscar:

- [Niveles altos de colesterol](#)
- Enfermedad cardíaca (cardiopatía), mediante exámenes como [ecocardiografía](#) o [electrocardiografía](#)
- Diabetes y enfermedad renal (nefropatía), mediante exámenes como un análisis de sangre del [panel metabólico básico](#), [análisis de orina](#) o ultrasonido de los riñones

Tratamiento

El objetivo del tratamiento es reducir la presión arterial de tal manera que tenga un menor riesgo de presentar problemas de salud causados por la presión arterial elevada. Usted y su proveedor deben establecer una meta de presión arterial.

Cuando se considere cuál es el mejor tratamiento para la presión arterial alta, usted y su proveedor deben considerar otros factores como son:


- Su edad
- Los medicamentos que toma
- Los riesgos secundarios de los posibles medicamentos a tomar
- Otras afecciones médicas que pueda tener, como antecedentes de enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular, problemas renales o diabetes

Si su presión arterial alta es de 120 a 129 mm Hg, y la baja es menor a 80 mm Hg, usted tiene lo que se denomina presión arterial alta.

- Su proveedor le recomendará cambios en el estilo de vida para bajar la presión arterial a un rango normal.
- Muy pocas veces se utilizan medicamentos en esta etapa.

Si su presión arterial es de 130/80 o más alta, pero menor de 140/90 mm Hg, está en la etapa 1 de presión arterial alta. Al pensar en el mejor tratamiento, usted y su proveedor deben considerar:

- Si no tiene otras enfermedades o factores de riesgo de enfermedad cardíaca o renal, su proveedor puede recomendar cambios en su estilo de vida y repetir las mediciones después de unos cuantos meses.
- Si su presión arterial se mantiene en 130/80 o más alta, pero abajo de 140/90 mm Hg, su proveedor puede recomendar medicamentos para tratar la presión arterial alta.

	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 5 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

- Si tiene otras enfermedades o factores de riesgo de enfermedad cardíaca o renal, es muy probable que su proveedor le recomiende el uso de medicamentos junto con cambios en su estilo de vida.

Si su presión arterial es mayor de 140/90 mm Hg, usted tiene presión arterial alta en etapa 2. Es muy probable que su proveedor inicie un tratamiento con medicamentos y recomiende cambios en el estilo de vida.

Antes de hacer el diagnóstico final ya sea de presión arterial elevada o de presión arterial alta, su proveedor debe pedirle que se haga mediciones en casa, en la farmacia o en algún otro lado que no sea ni el consultorio médico ni en el hospital.

CAMBIOS DEL ESTILO DE VIDA

Usted puede tomar muchas medidas para ayudar a controlar su presión arterial, como:


- Consumir una [alimentación cardiosaludable](#) que incluya potasio y fibra.
- Tomar mucha agua.
- Hacer al menos 150 minutos de ejercicio aeróbico de moderado a vigoroso por semana.
- Si fuma, o consume tabaco, deje de hacerlo.
- Reducir la cantidad de alcohol que toma a 1 bebida al día para las mujeres y 2 bebidas para los hombres o menos y considere dejar de tomar totalmente.
- Reducir la cantidad de sodio (sal) que consume. Intente consumir menos de 1,500 mg de sodio por día.
- Reducir el estrés. Trate de evitar factores que le causen estrés y pruebe con meditación o yoga para desestresarse.
- Mantener un peso corporal saludable.




Los cambios en el estilo de vida y/ o los medicamentos pueden reducir la presión alta hasta que los niveles se normalicen

Medicamentos como los diuréticos, bloqueadores beta, bloqueadores del canal de calcio e inhibidores ACE

Una dieta saludable, baja en sodio (sal) y rica en fuentes naturales de potasio, calcio y fibra



	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES	MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO	FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN	Página 6 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Su proveedor puede ayudarle a encontrar programas para bajar de peso, dejar de fumar y hacer ejercicio.

También puede pedir que lo remitan a un nutricionista, que pueda ayudarle a planear una dieta saludable para su caso.

Cuán baja debe estar su presión arterial y a qué nivel necesita comenzar el tratamiento es algo individual, con base en la edad y cualquier problema de salud que tenga. Pregúntele a su proveedor cuál es su objetivo de presión arterial.

MEDICAMENTOS PARA LA HIPERTENSIÓN

En la mayoría de las ocasiones, su proveedor le indicará primero cambios de su estilo de vida y revisará su presión arterial dos o más veces. Es probable que le recomiende un tratamiento con medicamentos si sus lecturas de presión arterial permanecen cerca o por encima de los siguientes niveles:

- Número superior (presión sistólica) de 130 o más
- Número inferior (presión diastólica) de 80 o más

Si usted tiene diabetes, problemas cardíacos o antecedentes de accidente cerebrovascular, puede comenzar a tomar medicamentos con una lectura de presión arterial aun más baja. Los objetivos de presión arterial que se usan más a menudo para personas con estas afecciones son de menos de 120 a 130/80 mm Hg.

Hay muchos diferentes [medicamentos para tratar la hipertensión arterial](#).


- A menudo, un solo fármaco para la presión arterial no es suficiente para controlarla, y es posible que usted necesite tomar dos o más.
- Es muy importante que usted tome los medicamentos que le recetaron.
- Si tiene efectos secundarios, informe a su proveedor de inmediato para que pueda sustituirlo por un medicamento diferente.

Expectativas (pronóstico)

La mayoría de las veces, la presión arterial alta se puede controlar con medicamentos y cambios en el estilo de vida.

Cuando la presión arterial no está bien controlada, usted está en riesgo de:

- Sangrado de la aorta, el vaso sanguíneo grande que irriga el abdomen, la pelvis y las piernas
- [Enfermedad renal crónica](#)
- Ataque al corazón e [insuficiencia cardíaca](#)
- Riego sanguíneo deficiente a las piernas
- [Problemas con la visión](#)

	MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES		MPG-03-F-04-3	
	GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN		Página 7 de 8	

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

- [Accidente cerebrovascular](#)

Cuándo contactar a un profesional médico

Si usted padece hipertensión arterial, deberá tener controles de seguimiento periódicos con su proveedor.

Incluso si no le han diagnosticado hipertensión arterial, es importante hacerse revisar la presión durante los chequeos regulares, especialmente si alguien en la familia tiene o ha tenido hipertensión. Comuníquese con su proveedor de inmediato si el monitoreo en el hogar muestra que la presión arterial aún está alta.

Prevención

Muchas personas pueden evitar o retrasar que se desarrolle presión arterial alta, haciendo cambios en el estilo de vida diseñados para bajarla.

MATERIAL PARA LOS USUARIOS

¿Cuáles son los principales síntomas del Dengue?

Dengue:

- ✓ Fiebre con escalofríos.
- ✓ Dolores Musculares y articulares muy intensos.
- ✓ Dolor de Cabeza.
- ✓ Dolor detrás de los ojos.
- ✓ Inapetencia.
- ✓ Náuseas y Vómitos.
- ✓ Erupciones en la piel.

Dengue Grave:

- ✓ Sangrado Masivo.
- ✓ Dolor abdominal intenso y continuo.
- ✓ Vómitos frecuentes.
- ✓ Irritabilidad y/o Somnolencia.

En caso de presentar estos síntomas:

- ✓ No automedicarse
- ✓ Acudir de inmediato a su establecimiento de salud más cercano a su domicilio.
- ✓ Mantener reposo.
- ✓ Tomar abundantes líquidos.
- ✓ Bajar la temperatura con medios físicos.
- ✓ Dormir bajo mosquitero (TOLDO)

Enfermedades transmitidas por vector




DENGUE

DEPARTAMENTO DE BOLIVAR
ALCALDIA DE SIMITI
2020 - 2023 NIT: 890480006-1
SECRETARIA DE SALUD MUNICIPAL

Secretaria De Salud Municipal

Palacio Municipal
Dirección Calle 12 No. 5 - 31
Cel.: 3183540197
Correo:

**MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES****MPG-03-F-04-3****GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**FECHA
27/05/2021VERSIÓN
1**ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN**

Página 8 de 8

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**ASISTENCIA**

	FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS	F-PYP-CE-40
	FECHA: 07/07/2020	VERS

CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS

TEMA: Charla Hipertensión Arterial y Dengue
 FECHA: 18 Julio 2020
 OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Se realiza charla educativa en las salas de espera de Ladmedis IPS, con el fin de dar a conocer el autocuidado y el bienestar de nuestros usuarios.

RESPONSABLE:

No	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS
1	Candina Delgado	1090385630	37	3102028491	Sanitas
2	Adriana Perez	37398826	41	3133067114	Sanitas
3	Wendy Klaseen	1004809768	22	3219219436	Sanitas
4	Indrid Nieto Osorio	1090184102	30	3100569283	Sanitas
5	Jessica Velazquez Clavijo	1090458894	33	3202914076	Sanitas
6	Michell Garcia Perez	1090490956	29	3237847029	Sanitas
7	Karly Sarai Rodriguez	4610291	26	3105805343	Sanitas
8	Ledy Ramos	1401222	26	3104290552	Ledy Ramos
9	Keila Baines	1004878706	22	3279642589	Keila Baines
10	Marcela Angarita	1094162309	37	3218241114	Sanitas
11	Elvia Talia Ortega S	66355875	57	3783702437	Sanitas
12	Dioselina Rodriguez L.	1090435321	32	3222890694	Sanitas
13	Roxa Gisella Iniqui Paez	60437329	43	3224907816	Sanitas
14	Diana Lidia Hernandez	37396303	40	3120658271	Sanitas
15	Micheelh Yanna Castro	1093589709	20	321262274	Sanitas

METODOLOGÍA**RECURSOS**

Socialización en salas de espera de la IPS.

IMPACTO / RESULTADO ESPERADO
NOMBRE DEL RESPONSABLE VSP
DEISY VIVIANA ROJAS MCCORMICK