

Entre el 3 y el 5% de los niños y adolescentes argentinos padecen hipertensión arterial

24/03/2024



De acuerdo a un informe de la Sociedad Argentina de Hipertensión Arterial (SAHA), entre el 3% y el 5% de los niños y adolescentes en nuestro país, padecen hipertensión arterial (HTA). Sobre este tema habló con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael, el Dr. Guillermo Maccagno, jefe del servicio de Cardiología del Hospital Enrique Tornú.

Parece algo extraño que un niño o adolescente pueda padecer una patología vinculada a la HTA, no obstante, hasta el 5% de ellos vive esa realidad. “El riesgo más grande es que uno no lo tiene en cuenta, y de repente aparece la Sociedad Argentina de Hipertensión Arterial, diciéndonos que del 3% al 5% de nuestros chicos son hipertensos, y que dentro de esto son chicos que en general tienen sobrepeso, obesidad y que tienen

hábitos no del todo saludables”, dijo Maccagno y advirtió que “la obesidad en este grupo de chicos es un problema muy serio; entre un 30% y un 50% de los chicos presentan sobrepeso u obesidad, lo que es un problema realmente mayúsculo”.

Agregó que “la hipertensión es un ‘enemigo silencioso’, que nos va a acompañar durante toda la vida y de repente, cuando nos diga algo, nos hable, nos va a causar un daño que muchas veces es irreparable (no se puede volver para atrás)”.

“Si uno quiere encontrar la hipertensión, la tiene que tomar, ese es uno de los hábitos que tiene que tomar. Siempre cuento que cuando era chico, era gordito, mi madre y mis tías pensaban que era ‘saludable’, y de repente me pregunto ‘¿sería además hipertenso?’ y sinceramente no lo sé, porque no se tomaba la presión. Hasta hoy no hay un hábito concreto de tomarles la presión a los chicos, pensamos que esta es una enfermedad más de adultos, de gente con otro tipo de problemas, y hay que incorporar definitivamente el hábito de controlar la presión también en la población pediátrica”, sostuvo.

Sobre los métodos de prevención, el profesional opinó que “es imprescindible que el pediatra se reúna con el chico y con el entorno, porque un chico no puede cambiar por sí solo hábitos de vida, y que sobre todas las cosas trabaje para mantener una dieta equilibrada, que incluya más verduras, más frutas, más fibras, que disminuya el consumo de golosinas, de panificados, que también disminuya el consumo de jugos y de bebidas azucaradas, que modere el consumo de sal, que incluya una práctica rutinaria de ejercicios (que si pueden ser aeróbicos, mucho mejor), que regule el peso adecuado”. Esto es porque “todo eso son inversiones para que –a futuro– ese chico o esa chica no desarrolle hipertensión”. Además, es muy bueno investigar si los padres son hipertensos, ya que la carga hereditaria existe indudablemente.