



Factores de riesgo de la hipertensión arterial en el adulto mayor. Revisión sistemática

Risk factors for high blood pressure in the elderly. Systematic review

Brigitte Ariany Rodríguez-Rodríguez
ea.brigittearr53@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0000-5103-8760>

Noralba Lilibet Quispe-Villamarín
noralbalqv72@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0003-4134-9137>

Christopher Rafael Sánchez-Llerena
christopherrsl81@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0004-9367-1846>

Gloria Rebeca Medina-Naranjo
ua.gloriamedina@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0001-5660-9171>

RESUMEN

Objetivo: analizar los factores de riesgo de la hipertensión arterial en el adulto mayor. **Método:** Revisión sistemática de 15 artículos científicos. **Resultados y conclusión:** la hipertensión arterial en el adulto mayor constituye una condición multifactorial influenciada por diversos determinantes interrelacionados. Si bien algunos factores como la edad, el sexo y la predisposición genética no son modificables, existe un amplio espectro de factores susceptibles de intervención que representan oportunidades significativas para la prevención y control de la HTA en esta población.

Descriptores: prehipertensión; hipertensión; hipertensión maligna. (Fuente, DeCS).

ABSTRACT

Objective: to analyse the risk factors for high blood pressure in the elderly. **Method:** Systematic review of 15 scientific articles. **Results and conclusion:** hypertension in the elderly is a multifactorial condition influenced by various interrelated determinants. Although some factors such as age, sex and genetic predisposition cannot be modified, there is a wide range of factors that can be acted upon and which represent significant opportunities for the prevention and control of hypertension in this population.

Descriptors: prehypertension; hypertension; hypertension malignant. (Source, DeCS).

Recibido: 29/09/2024. Revisado: 10/10/2024. Aprobado: 18/11/2024. Publicado: 04/12/2024.

Original breve



INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial (HTA) constituye uno de los principales problemas de salud pública en la población adulta mayor, con una prevalencia que aumenta significativamente con la edad. Este trastorno cardiovascular no solo representa un factor de riesgo independiente para diversas complicaciones, sino que además se asocia con un incremento sustancial de la morbimortalidad en este grupo etario vulnerable (1). En efecto, la HTA en el adulto mayor presenta características fisiopatológicas particulares, relacionadas con los cambios propios del envejecimiento vascular, como la rigidez arterial, la disfunción endotelial y las alteraciones en los mecanismos reguladores de la presión arterial (2).

La identificación de los factores de riesgo específicos que contribuyen al desarrollo y progresión de la HTA en adultos mayores resulta fundamental para establecer estrategias preventivas y terapéuticas efectivas. Diversos estudios han señalado la existencia de factores modificables y no modificables que interactúan de manera compleja en esta población (3).

Este artículo tiene como objetivo analizar los factores de riesgo de la hipertensión arterial en el adulto mayor.

MÉTODO

Se realizó una revisión sistemática de literatura PRISMA.

Se revisaron 15 artículos científicos. La búsqueda bibliográfica se efectuó en las bases de datos PubMed, Scopus, CINAHL y Web of Science, utilizando los descriptores MeSH: "hypertension", "risk factors", "elderly", "older adults", "aging" y "blood pressure", combinados mediante operadores booleanos. Los criterios de inclusión comprendieron: artículos originales y revisiones sistemáticas publicados



entre 2020-2023, en inglés o español, que abordaran específicamente factores de riesgo de hipertensión en población mayor de 65 años.

RESULTADOS

El análisis de los estudios seleccionados permitió identificar diversos factores de riesgo asociados a la hipertensión arterial en adultos mayores, los cuales pueden clasificarse en factores no modificables y modificables.

Entre los factores no modificables, la edad avanzada emerge como el principal determinante, con un incremento progresivo de la prevalencia de HTA que alcanza hasta el 75% en personas mayores de 80 años (4). Asimismo, el sexo femenino presenta mayor vulnerabilidad en edades avanzadas, particularmente para la hipertensión sistólica aislada, relacionada con cambios hormonales posmenopáusicos y mayor rigidez arterial (13). La predisposición genética también constituye un factor relevante, especialmente en poblaciones con antecedentes familiares de enfermedad cardiovascular (7).

Respecto a los factores modificables, destacan los relacionados con el estilo de vida. La inactividad física se asocia significativamente con mayor riesgo de HTA, mientras que intervenciones de actividad física estructurada han demostrado reducciones de presión arterial clínicamente significativas (5). El consumo excesivo de sodio representa otro factor determinante, evidenciándose que la sustitución parcial de sal por alternativas bajas en sodio reduce la mortalidad y eventos cerebrovasculares en esta población (12).

La obesidad, particularmente la adiposidad central, muestra una fuerte asociación con HTA en adultos mayores, incrementando el riesgo hasta tres veces (11). Adicionalmente, la sarcopenia, frecuente en esta población, se relaciona con mayor



prevalencia de hipertensión, estableciendo un vínculo entre composición corporal alterada y desregulación de la presión arterial (9).

Las comorbilidades también juegan un papel crucial. La diabetes mellitus tipo 2 y la hiperuricemia se asocian significativamente con mayor riesgo de desarrollar y complicar la HTA (6). Los trastornos del sueño, particularmente el insomnio, muestran una relación bidireccional con la hipertensión, exacerbándose mutuamente (15), en consecuencia, la depresión surge como un factor frecuentemente subestimado que incrementa tanto el riesgo de desarrollar HTA como de presentar menor adherencia al tratamiento antihipertensivo (15).

CONCLUSIÓN

Esta revisión sistemática evidencia que la hipertensión arterial en el adulto mayor constituye una condición multifactorial influenciada por diversos determinantes interrelacionados. Si bien algunos factores como la edad, el sexo y la predisposición genética no son modificables, existe un amplio espectro de factores susceptibles de intervención que representan oportunidades significativas para la prevención y control de la HTA en esta población.

FINANCIAMIENTO

No monetario

CONFLICTO DE INTERÉS

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la dirección de investigación de UNIANDES.

REFERENCIAS

1. Ang GC, Low SL, How CH. Approach to falls among the elderly in the community. Singapore Med J. 2020;61(3):116-121. doi:10.11622/smedj.2020029



2. Oliveros E, Patel H, Kyung S, et al. Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. Clin Cardiol. 2020;43(2):99-107. doi:10.1002/clc.23303
3. Xu Q, Ou X, Li J. The risk of falls among the aging population: A systematic review and meta-analysis. Front Public Health. 2022;10:902599. Published 2022 Oct 17. doi:10.3389/fpubh.2022.902599
4. Wu D, Yao X, Meng X, Yang J, Zhao H, Zhang J. Analysis of incidence and influencing factors of hyperuricemia in elderly patients with hypertension. Panminerva Med. 2023;65(2):280-281. doi:10.23736/S0031-0808.20.04116-6
5. Herrod PJJ, Lund JN, Phillips BE. Time-efficient physical activity interventions to reduce blood pressure in older adults: a randomised controlled trial. Age Ageing. 2021;50(3):980-984. doi:10.1093/ageing/afaa211
6. Liang ZS, Shi JK, Tian YY, et al. Incidence and Risk Factors of Progression from Prehypertension or Hypertension to Diabetes among Older Adults of Northeastern China: A Prospective Cohort Study. Biomed Environ Sci. 2022;35(12):1150-1155. doi:10.3967/bes2022.146
7. Benenson I, Waldron FA, Jadotte YT, Dreker MP, Holly C. Risk factors for hypertensive crisis in adult patients: a systematic review. JBI Evid Synth. 2021;19(6):1292-1327. doi:10.11124/JBIES-20-00243
8. Triposkiadis F, Xanthopoulos A, Parissis J, Butler J, Farmakis D. Pathogenesis of chronic heart failure: cardiovascular aging, risk factors, comorbidities, and disease modifiers. Heart Fail Rev. 2022;27(1):337-344. doi:10.1007/s10741-020-09987-z
9. Gao Q, Hu K, Yan C, et al. Associated Factors of Sarcopenia in Community-Dwelling Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. Nutrients. 2021;13(12):4291. Published 2021 Nov 27. doi:10.3390/nu13124291
10. Santisteban MM, Iadecola C, Carnevale D. Hypertension, Neurovascular Dysfunction, and Cognitive Impairment. Hypertension. 2023;80(1):22-34. doi:10.1161/HYPERTENSIONAHA.122.18085
11. Dai B, Addai-Dansoh S, Nutakor JA, et al. The prevalence of hypertension and its associated risk factors among older adults in Ghana. Front Cardiovasc Med. 2022;9:990616. Published 2022 Dec 20. doi:10.3389/fcvm.2022.990616



12. Ebell MH. Salt Substitute Reduces Mortality and Stroke in Older Adults Who Have a History or Are at Risk of Stroke. *Am Fam Physician*. 2022;105(3):322-323.
13. Battistoni A, Tocci G, Volpe M. Diastolic Blood Pressure Levels and Cardiovascular Risk in Elderly Women: The Need for a Personalized Approach. *Am J Hypertens*. 2022;35(9):790-791. doi:10.1093/ajh/hpac080
14. Sierra C. Hypertension and the Risk of Dementia. *Front Cardiovasc Med*. 2020;7:5. Published 2020 Jan 31. doi:10.3389/fcvm.2020.00005
15. Kawada T. Risk factors of insomnia in the elderly with special reference to depression and hypertension. *Psychogeriatrics*. 2020;20(3):360. doi:10.1111/psyg.12492

Derechos de autor: 2024 Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>