| | |
|---|---|
| Lugar | COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR SAN JOSE SASAIMA |
| Fecha | 12/11/2025 03:30 – 04:00 pm |
| Tema | Hipertensión arterial |
| Desarrollo | ORDEN DEL DÍA:<br>• Objetivo de la actividad.<br>• Introducción de la actividad.<br>• Actividades desarrolladas.<br>• Materiales<br><br>• Objetivo de la actividad.<br><br>• Socializar al equipo de auxiliares de enfermería de la comunidad de cuidado Hogar San José de Sasaima, la temática hipertensión arterial según la guía de manejo de la American Heart Association (AHA) y el American College of Cardiology (ACC) en 2025.<br><br>• Introducción de la actividad.<br><br>Con el propósito de socializar el tema hipertensión arterial según la guía de manejo de la la AHA y el ACC en 2025 con el fin de tener conocimientos actualizados acerca de esta enfermedad crónica de gran prevalencia en la población mayor de la comunidad de cuidado Hogar San José, dirigido al equipo de auxiliares de enfermería de los turnos día y turno noche, se abrió un espacio de socialización los días 11 y 12 de noviembre del presente año en los cuales las 4 jefes de enfermería abordan el tema según la guía de manejo del año 2025.<br><br>Actividades desarrolladas: se desarrolla la temática con la siguiente socialización.<br>**La hipertensión arterial** es una presión arterial elevada (de 130/80 mm Hg o más) que puede ser grave si no se trata y aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y otras complicaciones.<br>La hipertensión arterial (HTA) constituye uno de los principales determinantes de riesgo cardiovascular a nivel global.<br>Las guías de práctica clínica elaboradas por la American Heart Association (AHA) y el American College of Cardiology (ACC) en 2025 |

**Herramientas diagnósticas**
Se subraya la importancia de mediciones precisas y repetidas, recomendando:

- Monitoreo ambulatorio de presión arterial (ABPM) como estándar de referencia.
- Monitoreo domiciliario de presión arterial (HBPM) como método práctico, siempre que se utilicen dispositivos validados.

**Estas herramientas permiten detectar:**

- Hipertensión de bata blanca: presión arterial elevada en consulta (≥130/80 mmHg) pero normal en ABPM/HBPM (<130/80 mmHg).
- Hipertensión enmascarada: presión normal en consulta (<130/80 mmHg) pero elevada en ABPM/HBPM (≥130/80 mmHg).

Ambas entidades poseen implicaciones pronósticas relevantes, pues los pacientes con hipertensión enmascarada muestran un riesgo cardiovascular similar al de la hipertensión sostenida.

**Evaluación inicial**
La guía enfatiza una valoración integral del paciente, que incluye:

- Historia clínica detallada.
- Examen físico completo.
- Laboratorios básicos: hemograma, electrolitos, creatinina, perfil lipídico, glucosa, microalbuminuria.
- Electrocardiograma de reposo.

Este enfoque busca descartar causas secundarias, identificar factores de riesgo concomitantes y evaluar daño a órgano blanco.

**Principios generales del manejo**
El abordaje terapéutico debe iniciar con **modificaciones en el estilo de vida**, aplicables a todos los pacientes hipertensos y a aquellos con presión arterial elevada sin llegar al umbral de HTA. Incluyen:

- Reducción de peso: objetivo ≥5% en pacientes con sobrepeso u obesidad.
- Dieta DASH (Enfoque principal: Reducir la presión arterial) o patrones mediterráneos (Enfoque principal: Promover la salud

general y el bienestar)
- Reducción de sodio (<1.5–2.3 g/día).
- Aumento de potasio dietético (excepto en insuficiencia renal avanzada).
- Actividad física: al menos 150 minutos de ejercicio aeróbico moderado por semana.
- Limitación de alcohol (≤1 bebida/día en mujeres y ≤2 en hombres).

El paso hacia farmacoterapia depende de los niveles de tensión arterial, el riesgo cardiovascular global y la presencia de comorbilidades.

**Inicio de farmacoterapia**
La guía recomienda:
- Iniciar tratamiento en TA **≥130/80 mmHg** en pacientes con diabetes, enfermedad renal crónica, enfermedad coronaria o riesgo cardiovascular alto.
- En adultos jóvenes y de bajo riesgo, se valora el inicio cuando la TA es persistente ≥140/90 mmHg.

Estrategia farmacológica
Se recomiendan como primera línea:
- Diuréticos tipo tiazida (ej. clortalidona).
- Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECA).
- Bloqueadores de receptores de angiotensina II (ARA-II).
- Bloqueadores de canales de calcio de acción prolongada.

La **terapia combinada inicial en una sola píldora** se aconseja en pacientes con HTA en estadio 2 (≥140/90 mmHg) o en aquellos con alto riesgo.

Hipertensión arterial resistente
Se define como presión arterial ≥130/80 mmHg pese al uso de ≥3 fármacos de distintas clases (incluido un diurético) a dosis óptimas, o cuando se requiere ≥4 agentes para alcanzar el control. La guía 2025 recomienda:
- Revisar adherencia terapéutica.
- Descartar pseudorresistencia (mala técnica de medición,

<table>
<tr><td></td><td colspan="3">dispositivos no validados).<br>• Identificar fármacos interferentes (AINEs, anticonceptivos orales, descongestionantes).<br>• Evaluar causas secundarias (ej. hiperaldosteronismo primario, apnea obstructiva del sueño).<br><br>Hipertensión y comorbilidades crónicas<br>• Enfermedad renal crónica: se recomienda objetivo <130 mmHg, con preferencia por IECA o ARA-I<br><br>4. Materiales a utilizar en la socialización, capacitación o actividad.<br>➢ Proyector, celular.<br>➢ Papel, esferos.<br>Anexos: registro fotográfico, planilla de asistencia.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Asistentes</td><td>Nombre</td><td>Cargo/Rol</td><td>Dependencia</td></tr>
<tr><td>Se anexa planilla de asistencia.</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">Compromisos</td><td>Actividad</td><td>Responsable</td><td>Fecha límite</td></tr>
<tr><td>Aplicar los conocimientos adquiridos.</td><td>Personal de enfermería</td><td>A partir de la fecha</td></tr>
<tr><td>Próxima reunión</td><td colspan="3">Primer semana de diciembre 2025.</td></tr>
<tr><td>Elaboró</td><td colspan="3">Alexandra Pedraza Doncel.</td></tr>
</table>

| | |
|---|---|
| Lugar | COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR SAN JOSE SASAIMA |
| Fecha | 12/11/2025 15:30 – 16:00 |
| Tema | Hipertensión Arterial |
| registro fotográfico |  |


HIPERTENSION ARTERIAL
Hoga m José Sasaima
Cra 4 # 6-21
11/11/2025 19:29:42


12 nov 2025 3:52:45 p. m.
Sasaima
Hogar San José Sasaima
carrera 4#6-21

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

| | |
|---|---|
| Código: FOR-GD-023 | |
| Versión: 2 | |
| Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 | |
| Página: 1 de 1 | |

1. Tema: Hipertension Arterial
2. Lugar o Localidad o Sede : C.C. Hogar San Jose Sasaima
3. Fecha y hora: 11 Noviembre /2025 3:00 - 3:30 pm
4. Nombre responsable: Carolina Montenegro
5. Dependencia responsable: Enfermeria

| 6. Ítem | 7. Nombres y Apellidos | 8. Documento de identidad | | 9. Entidad / Dependencia | 10. Rol / Cargo | 11. Planta / Contratista | 12. Correo electrónico | 13. Teléfono y Ext. / Celular | 14. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 8.1 Tipo | 8.2 Número | | | | | | |
| 1 | Karen Moreno | CC | 1070[illegible]80 | Hogar San Jose | Aux enfermera | contratista | danielamt-o@hotmail.c | 3226649341 | Karen Moreno |
| 2 | Marin Quiroga | CC | 1070782338 | Hogar san jose | Aux. Enfermeria | Contratista | 7marian-13@hotmail.com | 3118404699 | Marin Q |
| 3 | Diana Ocampo | CC | 1070780632 | Hogar san Jose | AUX enfermeria | contratista | docampplancheros@gmail.com | 3108140172 | Diana Ocampo |
| 4 | Sandra Cardenas | CC | 1.074189435 | Hogar San Jose | Aux enfermeria | CONTRATISTA | Sandra951@Hotmail.com | 3209109810 | [illegible] |
| 5 | Johanna Marcela Rojas | CC | 1014178173 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | Contratista | marcelarojas2896@ymail.com | 3052388692 | Johanna Rojas |
| 6 | Yulieth Ocampo | CC | 1070780051 | HOGAR SAN JOSE | AUX. ENFERMERIA | CONTRATISTA | yuliethangelandrea@gmail.com | 3151499264 | Yulieth Ocampo |
| 7 | Rosa Vasquez | CC | 51622033 | Hogar San Jose | Aux enfermeria | contratista | rositum28@yahoo.es | 3202261174 | Rosa Vasquez |
| 8 | Daniel Herrera | CC | 1103674210 | Hogar san jose | Aux enfermeria | Contratista | herreraorozcodanielfernando@gm | 3224169381 | Daniel Herrera |
| 9 | PAOLA TORRES | CC | 1016033477 | Hogar san Jose | AUX ENFERMERIA | CONTRATISTA | Paola12201@hotmail.com | 3118841418 | PAOLA T |
| 10 | Gloria ortiz | CC | 21113581 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | contratista | Gloriaortiz2103@gmail.com | 3103060745 | [illegible] |
| 11 | Andrea Castro | CC | 1077973686 | Hogar San Jose | AUX ENFERMERIA | Contratista | juancapa19430@gmail.com | 3212869784 | Andrea Caste. |
| 12 | Alejandra Beltran | CC | 1077976041 | Hogar San Jose | AUX ENFERMERIA | CONTRATISTA | 9634-1535@gmail.com | 3204565966 | Alejandra Beltran |
| 13 | Laura Montañez | CC | 1072592393 | Hogar San Jose | Aux. Enfermeria | Contratista | lauramontanez.florez@gmail.com | 3223824114 | laura montañez |
| 14 | Natalia Castaño | CC | 1007619257 | Hogar San Jose | Ux. Enfermeria | Contratista | Natis123castaa@gmail.com | 3218757924 | Natalia C. |
| 15 | Arelis Ocoro | CC | 35529452 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | contratista | alsocoro03@hotmail.com | 3152589220 | Arelis Ocoro |
| 16 | Yessica Beltran | CC | 1070185599 | Hogar san Jose | AUX enfermeria | contratista | yessicajohanabeltranpedrozo@hotmail.com | 3013031967 | Yessica Beltran |
| 17 | Paola Mamanca | CC | 1029538524 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | Contratista | AngelaPaolamamanca226@gmail.com | 3138678817 | Paola M Nidia Sanc |
| 18 | Nidia Suarez | CC | 20916695 | Hogar San Jose | Aux. Enfermeria | Contratista | Nidia.suarez041@hotmail.com | 3105971870 | |
| 19 | Dayana Rueda | CC | 1004006661 | Hogar san Jose | Aux enfermeria | contratista | dayanaguerda922@gmail.com | 3213225301 | Dayana R |
| 20 | Maritza Nieto | CC | 20916897 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | Contratista | | 3102310501 | [illegible] |

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

| | |
|---|---|
| Código: | FOR-GD-023 |
| Versión: | 2 |
| Fecha: | Memo I2024018963 - 12/07/2024 |
| Página: | 1 de 1 |

1. Tema: Hipertension Arterial
2. Lugar o Localidad o Sede : C.C. Hogar San Jose Sasaima
3. Fecha y hora: 11/11/2025 19:00 - 19:30
4. Nombre responsable: Alexandra Pedraza Doncel
5. Dependencia responsable: Enfermeria

| 6. ítem | 7. Nombres y Apellidos | 8. Documento de identidad | | 9. Entidad / Dependencia | 10. Rol / Cargo | 11. Planta / Contratista | 12. Correo electrónico | 13. Teléfono y Ext. / Celular | 14. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 8.1 Tipo | 8.2 Número | | | | | | |
| 1 | Yazmin Castellanos | CC | 20916781 | Hogar san josé | AUX. EnFermera | Contratista | Ycasallbarnaz@Hotmail | 3229690824 | Yazmin Castellanos |
| 2 | Angelica Camacho | CC | 1090942508 | Hogar San josé | Aux. Enfermeria | Contratista | angelicacamachoc@gmail. | 3202566592 | Angelica Camacho |
| 3 | Karen Triana | CC | 1077963314 | Hogar San José | Aux Fifermeria | Contratista | Karen-1821@hotmail.com | 3003514051 | Karen Triana |
| 4 | Cadena Montenegro | CC | 1077666379 | Hogar San Jose | AUX EnFemera | Contratista | Jdymontenegro@gmail | 3138138752 | Juan Montegro |
| 5 | Alexandra Pedraza D | CC | 52760631 | CC Hogar San Jose Sasaima | Enfermera | contratista | alexandrapedrazad@gmail.com | 3153302827 | Alexandra Pedraza D |
| 6 | Maria Alejandra Barrero | CC | 1018498587 | CC Hogar san jose Sasaima | Enpermera | Contratista | alejandrobbarr@gmail. | 3172858752 | |
| 7 | Catherine Fierro S | CC | 1077973941 | CC Hogar San Jose Sasaima | Enfermera | Contratista | Catherinefierrod6@gmail | 3222166035 | Catherine Fierro S |
| 8 | Ana Maria Beatriz Patiño | CC. | 31.412.314 | CC Hogar San José Sasaima | Coordinadora | Contratista | hmariabeatriz@gmail.com | 3112681372 | Ana Maria Beatriz P |
| 9 | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | |

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

| | |
|---|---|
| Código: | FOR-GD-023 |
| Versión: | 2 |
| Fecha: | Memo I2024018963 - 12/07/2024 |
| Página: | 1 de 1 |

1. Tema: Hipertension Arterial
2. Lugar o Localidad o Sede : C.C. Hogar San Jose Sasaima
3. Fecha y hora: 12 Noviembre 2025 3:30pm - 4:00 pm
4. Nombre responsable: Alejandra Barrera
5. Dependencia responsable: Enfermeria

| 6. Ítem | 7. Nombres y Apellidos | 8. Documento de identidad | | 9. Entidad / Dependencia | 10. Rol / Cargo | 11. Planta / Contratista | 12. Correo electrónico | 13. Teléfono y Ext. / Celular | 14. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 8.1 Tipo | 8.2 Número | | | | | | |
| 1 | Sandra Bejarano | cc | 52301442 | Hogar San Jose SaSaima | Aux Enfermeria | Contratista | Sandrabejarano795@gmail.com | 3138973818 | Sandra Bejarano |
| 2 | DAYAN AZIAS | CC | 1077976013 | HOGAR SAN JOSE | AUX ENFERMERIA | contratista | dayansaziasa@gmail.com | 3115056970 | DAYAN AZIAS |
| 3 | Claudia Jimenez | CC | 52654765 | Hogar San José | Aux enfermeria | Contratista | claudiajimenezcruz22@gmail.com | 3174550499 | Claudia Jimenez |
| 4 | Pamela Rico | CC | 20916759 | Hogar San Jose | Aux. enfermeria | contratista | Pcorzo1605@gmail.com | 3228536938 | Pamela Rico |
| 5 | Deysi Segura | CC | 1016021386 | Hogar San Jose | Aux. Enferme | Contratista | deysi25161203@gmail.com | 312 3229311 | Deysi Segura |
| 6 | Jacquelin Gaitan | CC | 52655308 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | contratista | jacquelingaitanvela@gmail.com | 3107743716 | |
| 7 | Valentina Rodriguez | CC | 1000161807 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | Contratista | gloriazafiro216@gmail.com | 3115920649 | Valentina Rodriguez |
| 8 | Deyy Ramirez | CC. | 1070782224 | Hogar San jose | Aux. Enfermeria | Contratista | Deyr97@hotmail.com | 3167255297 | Deyy Ramirez |
| 9 | Yeni Guerrero | CC | 1070781055 | Hogar San Jose | Aux Enfermeria | Contratista | yeniguerrero2@gmail.com | 3219001118 | Yeni Guerrero |
| 10 | Luisa Ruiz. | CC | 1070780133 | Hogar San Jose | Aux. Enfermeria | Contratista | alexandraruiz1604@gmail.com | 3128172573 | Luisa Ruiz. |
| 11 | Erica Alvarez | CC | 1072752315 | Hogar San jose | Aux. Enfermeria | Contratista | Erica1995alvarez@hotmail.com | 3126302788 | Erica A. |
| 12 | Diana Diaz | CC | 1003968371 | Hogar San Jose | Aux. Enfermeria | contratista | dianadiaz1234@hotmail.com | 3124145976 | Diana D. |
| 13 | Alejandra Beltrán | CC | 1077976897 | Hogar San José | Aux. Enfermeria | Contratista | ab347535@gmail.com | 3204565966 | Alejandra Beltrán |
| 14 | Stephany Duque | CC | 1070780011 | Hogar San JOSÉ | Aux Enfermera | Contratista | stephanyduquerangel@gmail.com | 3134965315 | Stephany Duque |
| 15 | Ana María Alfaro | CC. | 1069300521 | Hogar San José. | Aux Enfermería | Contratista | alfaterioscinamaria@hotmail.com | 3214334761. | Ana María Alfaro |
| 16 | Flor Ramirez | CC. | 1072592637 | Hogar San Jose | Aux. Enfermeria | Contratista | florramirez@gmail.com | 3133848248 | Flor Ramirez |
| 17 | Samanta castillo | CC | 1070946163 | Hogar San Jose | AUX. enfermeria | contratista | samy.904@hotmail.com | 3106765263 | |
| 18 | Laura Rueda | CC | 1077976503 | Hoga San jose | Aux Enfermera | Contratista | laurarivera756@gmail.com | 3222065396 | |
| 19 | Adriana Arango | CC | 38272635 | Hogar San jose | Aux. Enfermeria | Contratista | yairamoramorales@gmail.com | 3053100623 | Adriana Arango. |
| 20 | Andrea Castro | CC | 1077973626 | Hogar San jose | AUX Enfermeria | Contratista | juancqcu19430@gmail.com | 3217269754 | Andrea Castro |

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolecterán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.