

¿Qué medicamentos debo evitar si tengo hipertensión?



Si usted ha sido diagnosticado con [hipertensión](#) (presión arterial alta), su médico probablemente le habrá recomendado algunas modificaciones en su estilo de vida, incluyendo cosas como evitar la sal dietética, el aumento del ejercicio, el abandono del cigarrillo y bajar de peso.

Además de estos factores, también hay una serie de medicamentos que pueden aumentar su presión arterial. Es importante entender que hay una variedad de medicamentos que pueden aumentar la presión sanguínea, por lo que **debe discutir todos sus medicamentos con su médico**, incluyendo medicamentos sin receta, hierbas y suplementos.

También existen otros fármacos que pueden interactuar con los medicamentos recetados por su médico. **Es importante que informe a su médico acerca de todo lo que toma**, incluso sobre los medicamentos de libre venta.

Los fármacos antiinflamatorios no esteroideos, también conocidos como [AINE](#), son ingredientes comunes en los analgésicos sin receta y medicamentos para el resfriado. Estos medicamentos incluyen ibuprofeno, Naprosyn y otros, vendidos bajo marcas conocidas como Advil® y Motrin®. Si necesita un medicamento sin receta para el dolor o la fiebre y también tiene presión arterial alta, **el paracetamol puede ser una mejor alternativa**.

Los medicamentos para el resfriado también contienen **descongestionantes** que **restringen los vasos sanguíneos, aumentando la presión arterial**. De hecho, el uso de descongestionantes puede elevar su presión arterial a niveles peligrosamente altos si se le ha diagnosticado hipertensión.

Los descongestionantes comunes incluyen **fenilefrina y pseudoefedrina**. Estos medicamentos se venden bajo marcas como Sudafed® y Actifed®. Aunque los descongestionantes pueden elevar la presión arterial, hay otros medicamentos para el resfrío, como los **antihistamínicos**, que pueden ayudar a **aliviar los síntomas del resfriado sin causar problemas en las personas con hipertensión**.

Los descongestionantes pueden incluso interferir con sus medicamentos para la hipertensión, evitando que funcionen bien.

Los **anticonceptivos**, particularmente los que contienen estrógeno, **son un factor de riesgo** bien conocido para el aumento de la presión arterial. La mayoría de los medicamentos anticonceptivos hormonales y los tratamientos están etiquetados con información sobre el aumento del riesgo de hipertensión arterial. Este riesgo aumenta en mujeres mayores de 35 años y en fumadores.

Si está tomando medicamentos para los dolores de cabeza de migraña, es importante ser cauteloso si tiene presión arterial alta.

Hay varios **medicamentos contra la migraña** que contraen los vasos sanguíneos al cerebro, pero también funcionan en los otros vasos sanguíneos de su cuerpo, lo que aumenta su presión arterial. Algunos medicamentos que pueden aumentar la presión arterial incluyen medicamentos **ergotamínicos**, como Migranal®, o la clase de medicamentos conocidos como **sumatriptanos**, como Imitrex® o Maxalt®. Discuta sus medicamentos con su médico - si ve a un médico diferente para el tratamiento de un dolor de cabeza, es importante que le diga a su médico de atención primaria exactamente qué medicamentos está tomando.

El Midrin® es un fármaco de venta libre que tiene propiedades vasoconstrictoras y debe ser evitado por pacientes con presión arterial alta.

Los **medicamentos para bajar de peso** son otra clase de **medicamentos que pueden aumentar su presión arterial**. Aunque algunos medicamentos para bajar de peso, como Orlistat®, no están asociados con un aumento de la presión arterial, otros medicamentos, en particular estimulantes, aumentarán la presión arterial. Si usted tiene hipertensión, es preferible perder peso mediante una dieta cuidadosa y con ejercicios en lugar de usar medicamentos para bajar de peso.

Los **medicamentos estimulantes**, incluyendo tratamientos como Adderall® y Vyvanse® se usan para tratar el TDAH (Trastorno por déficit de atención con hiperactividad). **Estos medicamentos**

causan vasoconstricción y aumento de la presión arterial. El Provigil® (modafinil) a veces se utiliza para el tratamiento de la narcolepsia o trastorno del sueño de trabajo por turnos, pero también es un estimulante que puede aumentar la presión arterial.

Las **vitaminas y minerales obtenidos sin receta** o en tiendas de alimentos saludables **no siempre son seguros** para los pacientes con hipertensión. Pregúntele a su médico sobre los efectos asociados con cualquier suplemento que esté considerando. **Algunos suplementos conocidos para aumentar la presión arterial incluyen ephedra, mahuang, arnica, ginseng, hierba de San Juan y ginkgo.**

Las **bebidas energéticas** a veces contienen estos suplementos y **pueden elevar su presión arterial** a niveles peligrosos o dificultar el control de su presión arterial de un día a otro, lo que causará daño a sus órganos, incluyendo los ojos, los riñones y el corazón.

Por último, **la cafeína** también contribuirá al **aumento de la presión arterial**, y hay muchas drogas ilegales que elevan la presión arterial a un nivel peligroso. Revise su presión arterial hoy y discuta sus medicamentos con su médico u otro profesional de la salud.