Famisanar EPS

RIAS

Rutas Integrales de Atención en Salud

Plan de Atención Específico Cohorte Impacto Hipertensión Arterial

¿Sabes cómo ayudar a un afiliado con Hipertensión Arterial?



¿De qué estamos hablando?

La hipertensión arterial es una condición crónica en la que la fuerza de la sangre contra las paredes de las arterias es persistentemente elevada. También conocida como "el asesino silencioso", con frecuencia no presenta síntomas hasta que ya ha causado daño en órganos como el corazón, los riñones o el cerebro.

Cuando la presión arterial no se controla, el riesgo de eventos graves como infarto o accidente cerebrovascular aumenta significativamente. La buena noticia: con detección temprana, tratamiento oportuno y cambios en el estilo de vida, se puede controlar y prevenir el daño.

Qué afecta: corazón, arterias, riñones y cerebro.

Origen: puede ser primaria (sin causa identificable) o secundaria (por otra enfermedad).

Impacto: calidad de vida, capacidad laboral y riesgo de eventos cardiovasculares graves.

Prevenible: con tamizaje, autocuidado y control del riesgo cardiovascular.

Datos que debes conocer

- Este plan cubre a todos los afiliados adultos (mayores de 18 años) con diagnóstico de HTA, en cualquier régimen.
- A cierre de 2025, EPS Famisanar tiene **317.487 afiliados** con diagnóstico de HTA: 187.762 mujeres y 129.725 hombres.
- La HTA es una de las principales causas de muerte prevenible en el mundo y muchos afiliados aún no la tienen controlada.

¿Cuál es este plan y por qué debes conocerlo?

En EPS Famisanar tenemos un Plan de Atención Específico diseñado para acompañar a nuestros afiliados con Hipertensión Arterial en cada etapa de su proceso: desde la identificación del riesgo hasta el seguimiento continuo. Este plan define qué servicios activar, cuándo y cómo con un enfoque humanizado, orientado a resultados en salud.

Como colaborador, conocerlo te permite orientar mejor a los afiliados, identificar señales de alerta y activar la ruta correcta a tiempo.

- **¿A quiénes cubre?** Afiliados adultos (mayores de 18 años) con diagnóstico de HTA, con estado de afiliación vigente en EPS Famisanar, en cualquier régimen (contributivo, subsidiado o Planes de Atención Complementaria PAC).

- **¿Quiénes lo implementan?** Profesionales de gestión del riesgo, equipos de salud pública y profesionales de IPS primarias y complementarias de la red EPS Famisanar. Si trabajas en Famisanar, eres parte de este equipo

- **¿Dónde aplica?** El plan sigue al afiliado donde esté. Ambulatorio, domiciliario, urgencias y hospitalario.

- **¿Cuál es el objetivo?** Detectar a tiempo, confirmar el diagnóstico correctamente, iniciar un tratamiento integral y garantizar el seguimiento continuo según el nivel de riesgo cardiovascular de cada afiliado.

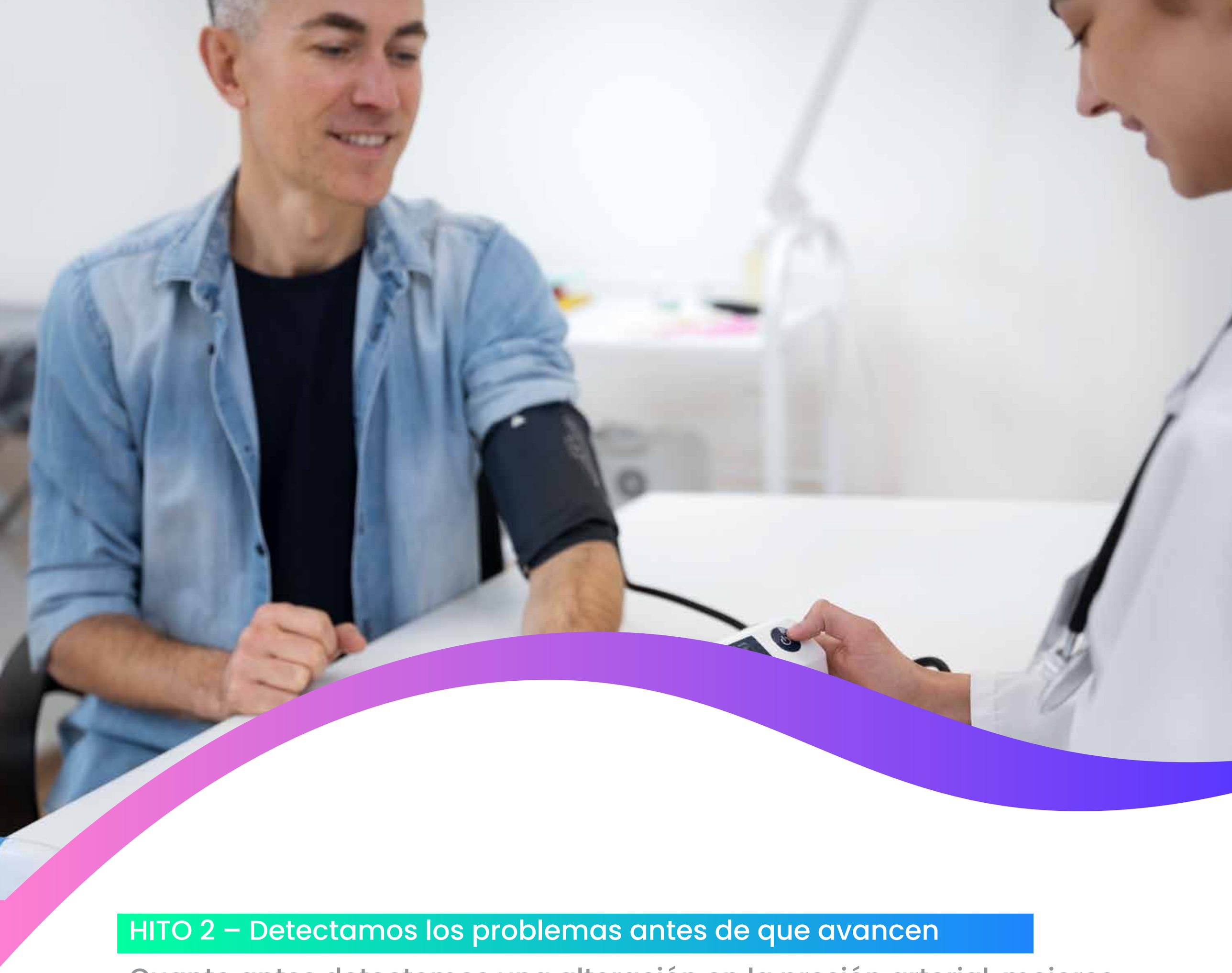
¿Qué hacemos en cada etapa? Los 4 hitos del Plan

HITO 1 – Promovemos la salud cardiovascular antes de que el problema

La prevención empieza en la consulta. Identificamos los factores de riesgo de cada persona y los abordamos con información, educación y cuidado. Los factores más frecuentes son:

- **Biológicos:** antecedentes familiares, edad, sexo y condiciones como obesidad o diabetes.
- **Ambientales:** exposición a contaminantes, entornos de alta tensión o estrés crónico.
- **Comportamentales:** sedentarismo, alimentación con alto contenido de sodio, consumo de alcohol o tabaco.
- **Del sistema de salud:** barreras de acceso o falta de seguimiento oportuno.
- **Sociales y económicos:** pobreza, condiciones de vida precarias y baja educación en salud.

También promovemos buenas prácticas: la importancia de medir la presión arterial regularmente, cómo reconocer señales de alerta y cómo orientar al afiliado y su familia sobre el autocuidado cardiovascular.



HITO 2 – Detectamos los problemas antes de que avancen

Cuanto antes detectemos una alteración en la presión arterial, mejores resultados obtenemos. Por eso contamos con protocolos de tamizaje y clasificación basados en la Guía **AHA/ACC 2025:**

- **Presión no elevada:** Sistólica <120 y Diastólica <80 mmHg.
- **Presión elevada (Pre-HTA):** Sistólica 120–129 y Diastólica <80 mmHg.
- **HTA Etapa I:** Sistólica 130–139 o Diastólica 80–89 mmHg.
- **HTA Etapa II:** Sistólica ≥140 o Diastólica ≥90 mmHg.

Además de clasificar la presión, evaluamos el **riesgo cardiovascular, renal y metabólico (CRM)** del afiliado para definir la intensidad del manejo que necesita.

HITO 3 – Le damos a cada afiliado el manejo que necesita

Una vez confirmado el diagnóstico, nuestros equipos inician un tratamiento integral y personalizado, con dos grandes líneas de acción:

- **Intervenciones no farmacológicas:** modificación de estilos de vida, orientación nutricional y promoción de actividad física. Son el primer paso en todo caso de HTA.
- **Tratamiento farmacológico:** indicado según la condición clínica y el nivel de riesgo cardiovascular del afiliado, con criterios claros de inicio y ajuste.

El abordaje es siempre desde la Atención Primaria en Salud, con enfoque diferencial y gestión integral del riesgo.



HITO 4 – Acompañamos al afiliado más allá del diagnóstico

La atención no termina con el tratamiento. En Famisanar acompañamos al afiliado en su proceso de control y seguimiento a largo plazo:

- Realizamos valoraciones periódicas según el nivel de riesgo cardiovascular de cada persona.
- Fortalecemos la adherencia terapéutica y el control de los factores de riesgo asociados.
- Desarrollamos procesos continuos de educación para la salud dirigidos al afiliado y su familia.
- Trabajamos en la reducción de eventos prevenibles como infartos, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal.

¿Y tú qué puedes hacer? Tu rol marca la diferencia

No necesitas ser cardiólogo para hacer la diferencia. Con orientar bien, ya estás cuidando la salud cardiovascular de nuestros afiliados:

- **Orienta con claridad.** Si un afiliado o su familia tiene dudas sobre presión arterial o riesgo cardiovascular, explícales que Famisanar tiene un plan de atención y que hay una ruta para ellos.
- **Direcciona a la IPS primaria.** Ese es el primer paso. No es necesario que lleguen directamente a un especialista.
- **Promueve la consulta oportuna.** Una presión arterial mal controlada puede derivar en consecuencias graves y prevenibles.
- **Conoce el plan.** Entre más lo conozcas, más fácil será activarlo cuando un afiliado lo necesite.

Recuerda: Si un afiliado te comenta que tiene la presión alta, factores de riesgo cardiovascular o no ha tenido control médico reciente, oriéntalo a que consulte en su



Si tienes dudas, puedes escribir al correo

hipertensionydiabetes@famisanar.com.co