

Reduzca su presión arterial y mejore su salud

Paquete 2 — Medicinas

Para obtener consejos diarios sobre cómo controlar la presión arterial alta, lea estos folletos y hable con su equipo de atención médica en los Servicios de Salud de Los Ángeles*.

Paquete 1: Lo básico

Cómo entender qué es la presión arterial alta	02
Consejos para medir mi presión arterial	04
Plan de acción: Control de mi presión arterial	06

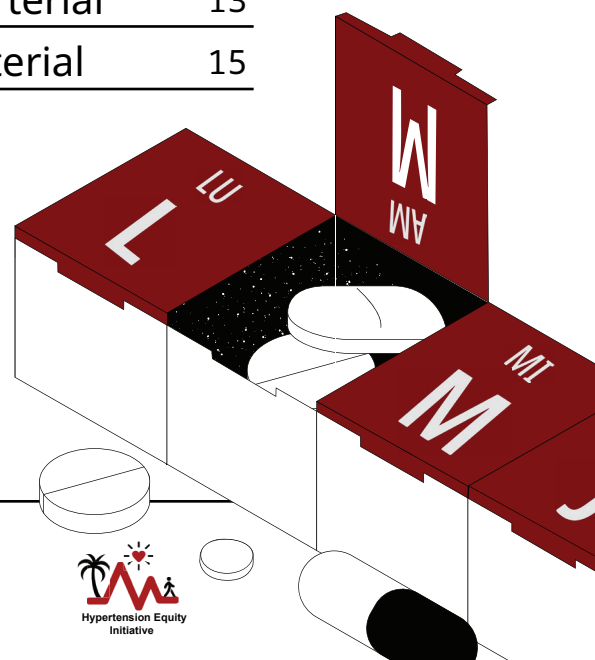
Paquete 2: Medicinas

¿Cómo las medicinas para la presión arterial pueden ayudar a mi salud?	11
Consejos para tomar medicinas para la presión arterial	13
Cómo entender mis medicinas para la presión arterial	15

Puede pedirle a su equipo de atención médica los folletos en inglés.

You can ask your healthcare team for handouts in English.

* Estos folletos son solo informativos. No son consejos médicos y no reemplazan los consejos de su médico.



¿Cómo pueden ayudar a mi salud las medicinas para la presión arterial?

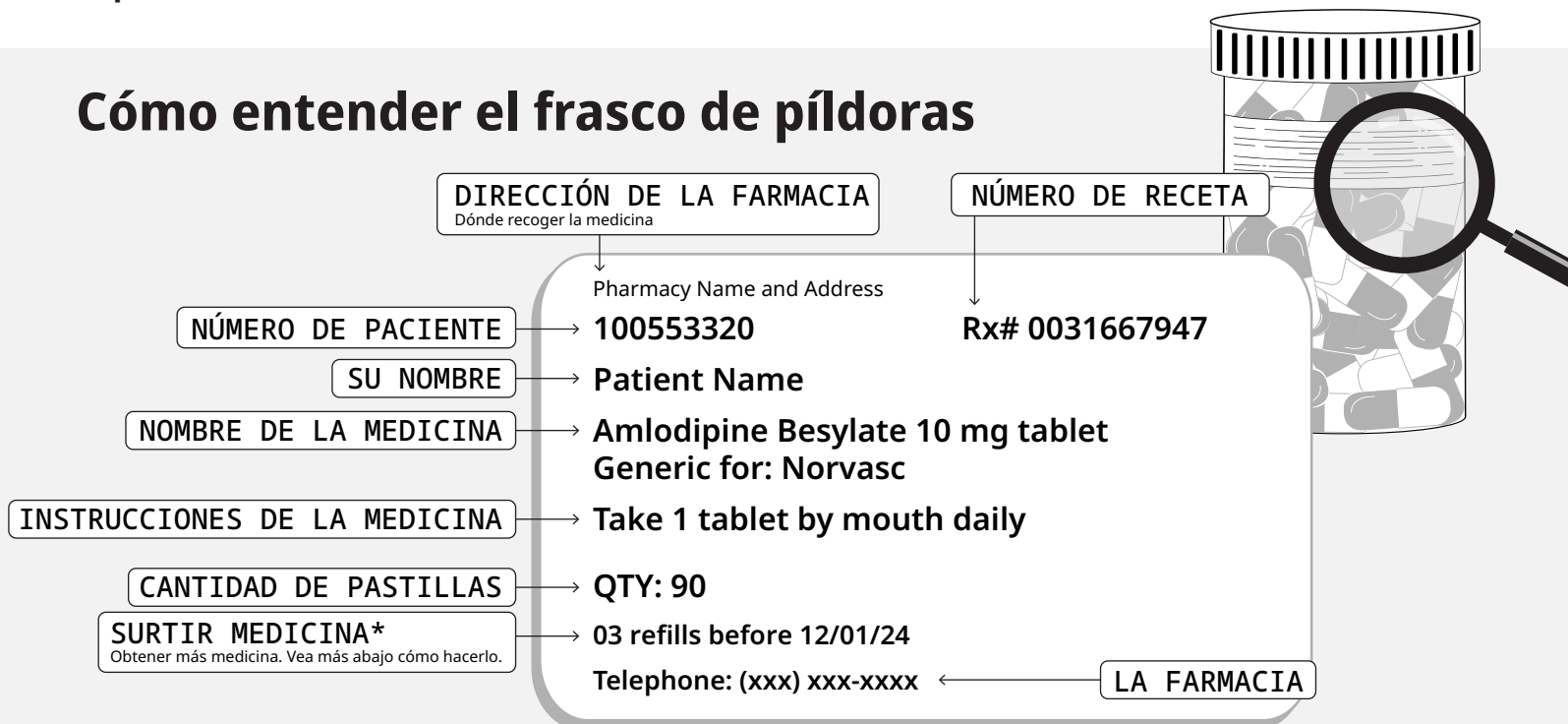
La mayoría de las personas con presión arterial alta necesita tomar medicinas para la presión arterial. Las medicinas para la presión arterial son **seguras, han demostrado que funcionan y tienen riesgos bajos a largo plazo.**

Aunque no tiene cura para la presión arterial alta, tomar medicinas (a menudo de por vida) ayuda a controlar la presión arterial. Esto ayuda a **reducir el riesgo de sufrir un ataque cardíaco, un ataque cerebral (o embolia o derrame cerebral) y otros problemas graves causados por la presión arterial alta.**

En general, el médico le recetará medicinas para la presión arterial en estos casos:

- Los valores de presión arterial que usted mismo se mide se mantienen demasiado altos.
- La combinación de medicinas con cambios en los hábitos diarios reduce la presión arterial de manera más efectiva.
- Tiene determinadas condiciones cardíacas o de salud.

Cómo entender el frasco de píldoras



*Cómo obtener más medicina o surtir la medicina:

2 semanas antes de terminar su medicina, solicite más.

- Si le quedan 1 o más veces para surtir, llame a su farmacia.

Para surtir en las farmacias de Servicios de Salud de Los Ángeles, llame al 800-500-1853. Acuda a la farmacia para recogerlos.

- Si no le quedan más por surtir (0), comuníquese con el consultorio de su médico.

¿Qué debo saber sobre las medicinas para la presión arterial?

1. Tome sus medicinas a tiempo, incluso cuando se sienta bien. Siga las instrucciones del frasco de pastillas.

- Las personas suelen sentirse completamente normales cuando tienen la presión arterial alta. Por eso es importante tomar las medicinas para la presión arterial a tiempo, incluso cuando se sienta bien o sus valores de presión arterial sean normales.
- Si tiene problemas, hable con su médico antes de parar de tomar sus medicinas.

2. Determinar qué medicinas reducen mejor la presión arterial lleva tiempo. Tenga paciencia y comuníquelo a su médico cualquier duda sobre las medicinas que toma.



¡USTED PUEDE HACERLO! ¡POR SU SALUD!

- Las medicinas pueden tardar algunas semanas en reducir su presión arterial.
- Pregúntele a su médico cuándo es su próxima cita en la clínica. Dígale a su médico si tiene algún problema para llegar a sus citas.
- Para encontrar las medicinas adecuadas para usted, su médico puede cambiar con cuidado la concentración (o “dosis”) de la medicina, el tipo de medicina o agregar otra medicina.

3. Las medicinas pueden causar efectos secundarios como tos, diarrea u orinar con frecuencia.

- Las distintas medicinas funcionan en distintas partes del cuerpo y pueden causar diferentes efectos secundarios. Los efectos secundarios pueden desaparecer con el tiempo.
- Hable con su equipo de atención médica si le molesta algún efecto secundario.

4. Muchas personas con presión arterial alta toman dos o más medicinas (a menudo de por vida) que actúan juntos para reducir la presión arterial.

- Dos o más medicinas reducen la presión arterial en mayor medida que una medicina sola.

5. Si está tomando otras medicinas o sustancias, hable con su médico.

- Algunas medicinas pueden aumentar la presión arterial, como el naproxeno, el ibuprofeno, la pseudoefedrina, algunos antidepresivos, algunos anticonceptivos, la cafeína, los estimulantes y las anfetaminas.
- El consumo de sustancias, como la cocaína o la metanfetamina, puede aumentar la presión arterial. Hable con su médico.

Consejos para tomar medicinas para la presión arterial

Para muchas personas, tomar medicinas resulta difícil por diferentes motivos. ¡Aquí tiene algunos consejos! Hable con su equipo de atención médica sobre cualquier duda que tenga, así pueden ayudarlo mejor.

“Me siento bien. No necesito tomar medicinas.”

- Tome sus medicinas a tiempo porque puede sentirse completamente normal incluso cuando su presión arterial es alta. Hable con su médico antes de no tomar sus medicinas.
- Tome sus medicinas según lo recetado para ayudarlo a prevenir ataques cardíacos, ataques cerebrales y otros problemas graves causados por la presión arterial alta.

“Me olvido de tomar las medicinas.”

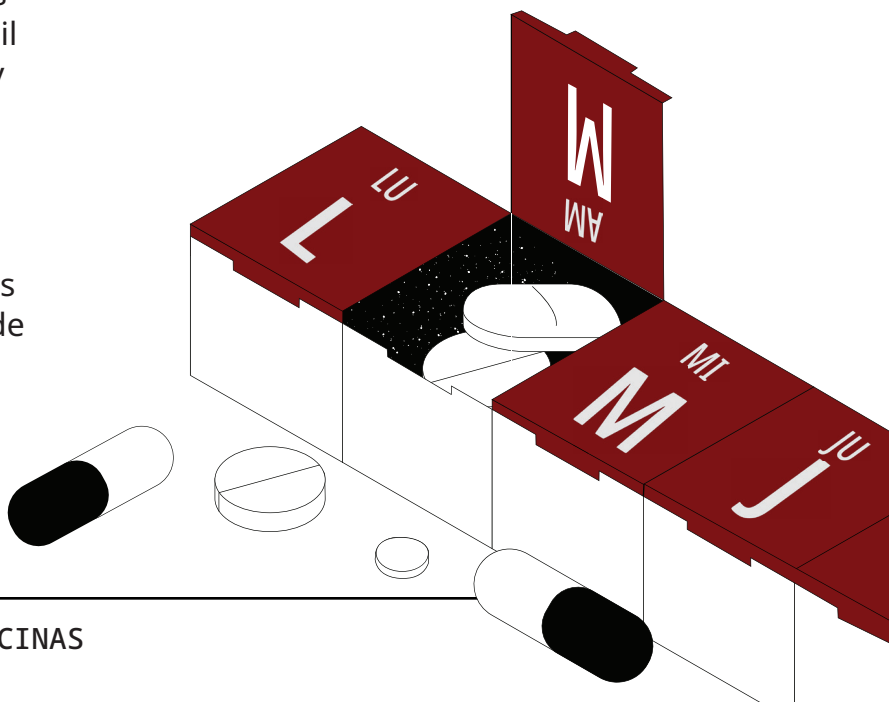
- Si puede comprar un pastillero de bajo costo, úselo para clasificar sus medicinas cada semana. Esto hace que sea más fácil saber cuándo ha tomado las medicinas y cuándo no.
- Configure una alarma diaria en su teléfono para recordar que debe tomar las medicinas.
- Tome las medicinas junto con otras cosas que hace todos los días, como después de cepillarse los dientes.
- Pídale a su familia o a un amigo que lo ayuden a recordar que debe tomar sus medicinas.

“Me preocupa tomar demasiadas medicinas.”

- Pregúntele a su médico o farmacéutico acerca de las píldoras combinadas, que combinan varias medicinas para la presión arterial en una sola píldora fácil de tomar.
- Lleve los frascos de sus medicinas al consultorio del médico para que los revise con usted.
- Mantenga una lista de las medicinas utilizando AHA My Medication List o una aplicación del teléfono.

“Tomo suplementos, medicinas tradicionales o hierbas medicinales.”

- Lleve su lista de suplementos a la próxima cita con el médico.



“Me olvido de surtir las medicinas.”

- Pregunte en su farmacia sobre como surtir automáticamente medicinas, recordatorios de recetas o ambas cosas.
- Pregúntele a su médico si el surtido de las pastillas puede durar más tiempo, si es posible hasta 90 días.
- Los pacientes de los Servicios de Salud de Los Ángeles pueden llamar al 213-288-8480 para inscribirse y recibir el surtido de medicinas por correo. ¡Es gratuito! Dos semanas antes de terminar su medicina, llame al 800-500-1853 para que se la envíen por correo.

“No tengo tiempo ni energía para pensar en la presión arterial.”

“No sé si las medicinas afectan mi salud.”

- ¡Diga lo que piensa! Hable con su médico sobre sus preguntas e inquietudes. ¡Puede traer a un familiar o un amigo para que lo ayuden! ¡Usted puede!

“No entiendo la etiqueta de mi frasco de pastillas.”

- Hable con el farmacéutico y el médico. Es posible imprimir la etiqueta en el idioma que elija o agrandar las palabras.

“Creo que tengo efectos secundarios debido a las medicinas y no me gustan.”

- Si los síntomas son leves, siga tomando las medicinas y espere unas semanas para ver cómo se siente. Muchos efectos secundarios mejoran una vez que el cuerpo se acostumbra a ellos.
- Hable con su médico acerca de probar una medicina diferente. El cuerpo de cada persona reacciona a las medicinas de manera diferente. El médico lo ayudará a encontrar la medicina adecuado para usted.

“Si no tengo un seguro médico, ¿cuáles son mis opciones?”

- Los Servicios de Salud de Los Ángeles se comprometen a ayudar a los pacientes a obtener cobertura a través de Medi-Cal o brindar ayuda financiera a los pacientes a través de los Programas de Asistencia Financiera. Solicite más información a su equipo de atención médica.

“Mis medicinas son demasiado caros.”

- Pregunte por las medicinas “genéricas” o de bajo costo, que generalmente son más baratas que las medicinas de “marca”. ¡Las medicinas “genéricas” y “de marca” funcionan igual!
- Use los cupones o programas de medicinas de bajo costo.
- Hable con su equipo de atención médica sobre las formas de reducir el costo de las medicinas.

Cómo entender mis medicinas para la presión arterial

Cómo elegir las medicinas



Usted y su médico pueden elegir entre muchas medicinas. Hable con su médico sobre lo que es más importante para usted:

- ☐ La cantidad de veces que toma la medicina por día.
- ☐ Los efectos secundarios.
- ☐ Las alergias a las medicinas.
- ☐ Cuánto tiene que pagar por las medicinas.
- ☐ Si la medicina está en su farmacia.

¿Qué efectos secundarios debo tener para llamar a mi médico de inmediato?

Algunas medicinas *pueden* causar algunos de estos efectos secundarios que no son comunes, pero sí graves.

- Reacciones alérgicas (urticaria, sarpullido o hinchazón de la cara).
- Dolor o presión en el pecho.
- Hinchazón de la boca o el cuello asociada con los inhibidores de la enzima inhibidora de la angiotensina (ECA).
- Depresión.
- Mareos intensos o desmayos.
- Frecuencia cardíaca demasiado alta o baja.
- Signos de problemas hepáticos (orina oscura, vómitos, piel u ojos amarillos).
- Nuevo entumecimiento u hormigueo.
- No puede orinar o hay sangre en la orina.
- Dificultad para respirar.
- Dolor de estómago grave.
- Erupción cutánea grave.

Hágale a su médico las preguntas que sean importantes para usted.

- ☐ ¿Cuál es nuestro objetivo?
- ☐ ¿Cuáles son todas mis opciones de tratamiento? ¿Por qué? ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada opción?
- ☐ ¿Qué podría pasar si sigo O no sigo los consejos médicos (como tomar una medicina)?
- ☐ ¿Durante cuánto tiempo tendré que seguir estos consejos?
- ☐ ¿Podría escribir este consejo?

Comparta sus opiniones (y las de sus seres queridos)*

- ☐ Me gustaría contarles qué es lo más importante para mí (como la familia, la salud, el trabajo, el dinero) y cómo eso afecta mis decisiones de salud.
- ☐ Yo (y mis seres queridos) tenemos dudas sobre: _____.

*Puede traer familiares o un amigo a sus citas. O pídale que se unan por teléfono.

Obtenga una comunicación clara

- ☐ ¿Podemos usar un intérprete en este idioma: _____?
- ☐ ¿Cuándo debemos hacer la próxima cita?
- ☐ ¿Cómo puedo comunicarme con usted si tengo preguntas o problemas?

Medicinas para la presión arterial

Diferentes medicinas actúan en distintos partes del cuerpo para reducir la presión arterial. Hable con su médico antes de cambiar de medicinas o dosis de sus medicinas.

☛ Las medicinas más comunes de los Servicios de Salud de Los Ángeles se muestran en color gris.

Nombres de las medicinas <i>cómo pronunciar el nombre de la medicina en inglés</i>	Tipo de medicina	Forma en la que la medicina reduce la presión arterial	Efectos secundarios comunes <i>las personas pueden tener ninguno, uno o algunos de los efectos secundarios que pueden desaparecer con el tiempo</i>
Amilorida <i>a mil' oh ride</i>	Diurético o "píldora de agua"	Relaja los vasos sanguíneos al trabajar en los riñones	Diarrea, gases, dolor de cabeza, acidez y malestar estomacal
Amlodipine <i>am-loh-dih-peen</i>	Bloqueador de canales de calcio	Relaja los vasos sanguíneos	Hinchazón de los tobillos, mareos, sofocos, náuseas, somnolencia y malestar estomacal
Atenolol <i>a ten' oh lol</i>	Bloqueador beta	Reduce el ritmo cardíaco y relaja los vasos sanguíneos	Diarrea, mareos, cansancio y náuseas
Benazepril <i>ben-az-eh-pril</i>	Inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (ECA)	Relaja los vasos sanguíneos y actúa sobre los riñones para eliminar el agua y la sal a través de la orina	Tos, mareos y dolor de cabeza
Bumetanida <i>byoo met' a nide</i>	Diurético de asa o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Orina frecuente, mareos, dolor de cabeza y malestar estomacal
Captopril <i>kap' toe pril</i>	Inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (ECA)	Relaja los vasos sanguíneos y actúa sobre los riñones para eliminar el agua y la sal a través de la orina	Tos, mareos y cambios en el gusto
Carvedilol <i>kar' ve dil ol</i>	Bloqueador beta	Reduce el ritmo cardíaco y relaja los vasos sanguíneos	Mareos, dolor de cabeza, diarrea, malestar estomacal, aumento de peso y dolor en las articulaciones
Clortalidona <i>klor-thal-ih-done</i>	Diurético o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Calambres, estreñimiento, diarrea, mareos, dolor de cabeza y malestar estomacal
Clonidina <i>kloe' ni deen</i>	Agonista alfa	Relaja el músculo cardíaco y los vasos sanguíneos al trabajar en el cerebro	Sequedad de boca, estreñimiento, diarrea, mareos, dolor de cabeza y malestar estomacal <i>*Si es de liberación prolongada: pesadillas, falta de apetito y estado de ánimo irritable.</i>
Diltiazem <i>dil tye' a zem</i>	Bloqueador de canales de calcio	Relaja los vasos sanguíneos y el músculo cardíaco	Estreñimiento, tos, mareos, sofocos, dolor de cabeza y cansancio
Enalapril <i>e nal' a pril</i>	Inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (ECA)	Relaja los vasos sanguíneos y actúa sobre los riñones para eliminar el agua y la sal a través de la orina	Tos y mareos
Enalapril e Hidroclorotiazida (HCTZ)	"Píldora combinada" que incluye dos medicinas: enalapril y HCTZ		Orina frecuente, tos, mareos, dolor de cabeza, estreñimiento y diarrea
Furosemida <i>fyoor oh' se mide</i>	Diurético de asa o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones.	Orina frecuente, estreñimiento, diarrea, mareos, dolor de cabeza y calambres estomacales
Hydralazina <i>hye dral' a zeen</i>	Vasodilatador directo	Relaja los vasos sanguíneos	Diarrea, dolor de cabeza, falta de apetito, malestar estomacal, sarpullido y sofocos
Hidroclorotiazida (HCTZ) <i>hye-droe-klor-oh-thy-ah-zide</i>	Diurético o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Orina frecuente, estreñimiento, diarrea, mareos, dolor de cabeza y calambres estomacales

Nombres de las medicinas <i>cómo pronunciar el nombre de la medicina en inglés</i>	Tipo de medicina	Forma en la que la medicina reduce la presión arterial	Efectos secundarios comunes <i>las personas pueden tener ninguno, uno o algunos de los efectos secundarios que pueden desaparecer con el tiempo</i>
Indapamida <i>in dap' a mide</i>	Diurético o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Calambres, dolor de espalda, mareos, dolor de cabeza, secreción nasal y sensación de nerviosismo
Labetalol <i>la bet' a lol</i>	Bloqueador beta	Reduce el ritmo cardíaco y relaja los vasos sanguíneos	Mareos, congestión nasal, hormigueo en el cuero cabelludo y malestar estomacal
Lisinopril <i>lys-in-oh-pril</i>	Inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (ECA)	Relaja los vasos sanguíneos y actúa sobre los riñones para eliminar el agua y la sal a través de la orina	Tos, mareos, dolor de cabeza y falta de energía
Lisinopril e Hidroclorotiazida (HCTZ)	"Píldora combinada" que incluye dos medicinas: lisinopril y HCTZ		Orina frecuente, tos, mareos, dolor de cabeza, debilidad, estreñimiento y diarrea
Losartán <i>loe-sar-tan</i>	Bloqueador de los receptores de angiotensina (ARA)	Relaja los vasos sanguíneos y actúa sobre los riñones para eliminar el agua y la sal a través de la orina.	Dolor de espalda, síntomas de resfriado, diarrea, mareos, acidez y congestión nasal
Losartán e Hidroclorotiazida (HCTZ)	"Píldora combinada" que incluye dos medicinas: losartán y HCTZ.		Orina frecuente, dolor de espalda, síntomas de resfriado, mareos, estreñimiento y diarrea
Metildopa <i>meth ill doe' pa</i>	Agonista alfa	Relaja el músculo cardíaco y los vasos sanguíneos al trabajar en el cerebro	Hinchazón de los tobillos, sequedad de boca, dolor de cabeza, somnolencia y debilidad
Metolazona <i>me tol' a zone</i>	Diurético o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Mareos, hinchazón, estreñimiento, diarrea, dolor de cabeza y dolor en las articulaciones
Metoprolol succinato Metoprolol tartrato <i>me toe' proe lol</i>	Bloqueador beta	Reduce el ritmo cardíaco y relaja los vasos sanguíneos	Diarrea, mareos y malestar estomacal
Minoxidil <i>mi nox' i dill</i>	Vasodilatador directo	Relaja los vasos sanguíneos	Crecimiento del cabello, malestar estomacal y vómitos
Nifedipina <i>nye-fed-ih-peen</i>	Bloqueador de canales de calcio	Relaja los vasos sanguíneos	Mareos, sofocos, dolor de cabeza, acidez, sensación de nerviosismo y malestar estomacal
Propranolol <i>proe pran' oh lol</i>	Bloqueador beta	Reduce el ritmo cardíaco y relaja los vasos sanguíneos	Estreñimiento, diarrea, mareos, calambres estomacales, cansancio, malestar estomacal y sueños extraños
Espironolactona <i>spir on' oh lak' tone</i>	Diurético o antagonista de la aldosterona	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Náuseas, diarrea, mareos, caída del cabello, dolor de cabeza y calambres estomacales
Terazosina <i>ter ay' zoe sin</i>	Bloqueador alfa	Relaja los vasos sanguíneos	Debilidad, mareos, dolor de cabeza, falta de energía y congestión nasal
Torsemida <i>tore' se mide</i>	Diurético de asa o "píldora de agua"	Elimina el agua y la sal a través de la orina al trabajar en los riñones	Orina frecuente, tos, estreñimiento, diarrea, dolor de cabeza, dolor de garganta y malestar estomacal
Triamtereno e Hidroclorotiazida (HCTZ)	"Píldora combinada" que incluye dos medicinas: triamtereno y HCTZ		Orina frecuente, estreñimiento, diarrea, mareos, dolor de cabeza y náuseas
Verapamil <i>ver ap' a mil</i>	Bloqueador de canales de calcio	Relaja el músculo cardíaco y los vasos sanguíneos	Estreñimiento, mareos y dolor de cabeza

Referencias:

1. Medline. www.medlineplus.gov/druginfo/meds
2. Uptodate Patient Drug Information. www.uptodate.com/contents/

Version 4. Last updated April 8, 2025.