



Cómo citar este artículo:

Zequeira García B.
Hipertensión arterial en
estudiantes de medicina:
un punto ciego formativo.
MedEst. [Internet]. 2026
[citado acceso fecha];
6:e573. Disponible en:
<https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/573>

Palabras Clave:

Hipertensión; Estudiantes
de Medicina; Autocuidado;
Educación Médica; Factores
de Riesgo
Cardiovasculares.

Keywords: Hypertension;
Medical Students; Self-
care; Medical Education;
Cardiovascular Risk
Factors.

Autor para correspondencia:

brianzequeira4@gmail.com

Recibido: 08/08/2026

Aceptado: 07/09/2026

Publicado: 13/09/2026

Editor(es) a cargo:

Dr. Yonathan Estrada
Rodríguez.

Traductor:

Lic. Meliza Maura Vázquez
Núñez.

Maquetador:

Rey Adrián Fraguera
González.

Hipertensión arterial en estudiantes de medicina: un punto ciego formativo

Arterial hypertension in medical students: a formative blind spot

Brian Zequeira García ^{1*} 

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas. Facultad de Ciencias Médicas de Matanzas "Dr. Juan Guiteras Gener". Matanzas, Cuba.

Estimado Director:

El reciente estudio de Smith-Ordóñez et al., publicado en esta revista, caracterizó la hipertensión arterial (HTA) en niños y adolescentes atendidos en el Hospital "Dr. Mario Muñoz Monroy" de Colón.⁽¹⁾ Sus autores señalaron algo que motiva esta carta: a pesar de que la cefalea y el dolor torácico estuvieron presentes en la mayoría de los casos, el diagnóstico solía ser tardío, y atribuyeron esa demora, en buena medida, a "una percepción de riesgo insuficiente por parte de profesionales y familias", sumada a la falta de una práctica estandarizada de medición de la presión arterial.⁽¹⁾ Esa frase merece ser leída dos veces. Si el ojo clínico entrenado subestima el riesgo hipertensivo en el paciente que tiene enfrente, cabe preguntarse con la misma honestidad qué ocurre cuando ese profesional en formación se mira a sí mismo.

La pregunta no es retórica. Según el primer informe global de la OMS sobre hipertensión, el número de afectados se duplicó entre 1990 y 2019, y persisten dos brechas comparables: casi la mitad ignora su condición y solo uno de cada cinco recibe tratamiento adecuado.⁽²⁾ Durante años se asumió que esas brechas concernían sobre todo a poblaciones adultas alejadas del sistema de salud. La evidencia reciente obliga a revisar esa suposición dentro de las propias facultades de medicina. Un estudio transversal realizado en 2025 con estudiantes de primero a tercer año de Medicina en Tarija, Bolivia, encontró que el 35 % presentaba alteraciones de la presión arterial, con mayor prevalencia entre los varones y, llamativamente, en segundo año de la carrera.⁽³⁾ Ese hallazgo no es aislado: un estudio con 250 estudiantes de Medicina en India, publicado en 2025, confirmó una prevalencia notable de presión arterial elevada en ese mismo grupo, pese a su bajo riesgo cardiovascular teórico.⁽⁴⁾ Son estudiantes que, mientras adquieren competencias para detectar y tratar la HTA, pueden atravesar su formación sin incorporar sistemáticamente la vigilancia de su propia presión arterial.

Este punto ciego no aparece por azar. Las guías más recientes de hipertensión insisten en que el diagnóstico temprano requiere una práctica sistemática de medición, no oportunista.⁽⁵⁾ En el contexto cubano existen factores formativos potencialmente relevantes, entre ellos el estrés académico documentado repetidamente en estudiantes, incluso en series de casos de estudiantes remitidos a unidades de orientación estudiantil.⁽⁶⁾ A ese estrés se suma un sedentarismo que tampoco es privativo de otras poblaciones, estudios cubanos recientes en universitarios describen conductas sedentarias que se instalan silenciosamente entre las exigencias de la vida académica, con escaso tiempo dedicado al movimiento corporal fuera del aula.⁽⁷⁾ En adición, un estudio cubano sobre la Caracterización del tabaquismo en estudiantes de la Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río obtuvo como resultado que el 55,66 % de los participantes masculinos eran fumadores activos.⁽⁸⁾ Estrés, sedentarismo y tabaquismo son, precisamente, tres de los principales factores de riesgo cardiovascular modificables sobre los que el propio estudiante aprenderá a intervenir en sus pacientes.

No se trata de un vacío exclusivo de Cuba ni de esta carrera. Una revisión sistemática reciente sobre educación en autocuidado en estudiantes de medicina, que analizó 147 artículos publicados hasta 2023, concluyó que estas intervenciones siguen siendo escasamente reconocidas, adoptadas e integradas en los currículos médicos a nivel internacional, pese a la evidencia de su impacto en el bienestar y en la identidad profesional del futuro médico.⁽⁹⁾ La revisión no habla específicamente de presión arterial, pero su hallazgo central, que el autocuidado se enseña como discurso y no como práctica curricular, es exactamente el terreno donde germina el problema que aquí se plantea: no basta con que el estudiante sepa qué es la HTA; hace falta que la práctica de medirse a sí mismo sea parte de su formación tanto como la de medir a su paciente.

Ese vacío tiene una traducción muy concreta en la formación clínica cubana. Nuestros estudiantes rotan por consultorios y policlínicos donde la toma de presión arterial es un gesto cotidiano dirigido siempre hacia afuera: hacia el paciente hipertenso, hacia el adulto mayor, hacia el niño con cefalea recurrente. Rara vez ese mismo gesto se dirige hacia el brazo del propio estudiante, y menos aún de forma sistemática y registrada. La consecuencia no es solo un riesgo individual no vigilado, sino una oportunidad pedagógica perdida: nada enseña mejor la importancia del cribado tensional que haber sido, uno mismo, objeto de él.

Frente a esto, conviene evitar dos salidas fáciles: la culpabilización individual, que pide al estudiante cuidarse más sin modificar la sobrecarga académica que documentan los propios estudios

citados,⁽⁶⁾ y el silencio institucional, que asume que la juventud equivale a invulnerabilidad cardiovascular, cuando la evidencia boliviana e india muestra lo contrario incluso en los primeros años de carrera.^(3,4) Entre ambos extremos existe una vía intermedia que pudiera llevarse a cabo. Realizar jornadas periódicas y voluntarias de medición de presión arterial para los propios estudiantes de ciencias médicas, coordinadas por la cátedra de Medicina General Integral, con registro longitudinal en su historia de salud y sin sustituir la atención de su médico de familia. Aquellos estudiantes que presentaran cifras elevadas serían derivados a su médico de familia para seguimiento, garantizando la confidencialidad de sus datos y el respeto a su autonomía como pacientes.

Como fisiólogo y como docente que forma a quienes mañana medirán la presión de otros, el autor sostiene que esta carta no busca alarmar, sino nombrar una brecha que los propios datos de esta revista ayudan a visibilizar. Si el subregistro tensional en la infancia preocupa, con razón, a Smith-Ordóñez et al.,⁽¹⁾ el subregistro tensional en el pregrado médico debería preocuparnos con la misma intensidad, porque no hablamos de una población ajena al sistema de salud, sino de quienes en pocos años serán ese sistema. Formar médicos que prevengan la hipertensión empieza, con toda probabilidad, por medirles la presión a ellos primero. Se les invita a vigilar en sí mismos, lo que se les entrena para prevenir en otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Smith-Ordóñez Y, González-Valdés RdIC, Díaz-Rodríguez Y, Juara-Espinosa M, González-Díaz A, Almeida-Rodríguez AF. Análisis clínico-epidemiológico de la hipertensión arterial pediátrica en Hospital Dr. Mario Muñoz Monroy de Colón, 2024. MedEst [Internet]. 2025 [citado 07/08/2026];5:e339. Disponible en:

<https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/339>

2. World Health Organization. Global report on hypertension: the race against a silent killer [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2023 [citado 07/08/2026]. Disponible en:

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240081062>

3. Tejerina Miranda CA, Espinoza Ustarez CA, Chavez Varas CX. Prevalencia de hipertensión arterial y presión arterial elevada en estudiantes universitarios de Medicina de primer año, segundo año y tercer año de la Universidad Católica Boliviana San Pablo Unidad Académica Tarija. Rev Med San Pablo [Internet]. 2026 [citado 07/08/2026];1(1):86-96. Disponible en:

<https://rmsp.ucb.edu.bo/index.php/a/article/view/8>

4. Tiwari NP, Jiwane R, Gupta S, Raghuwanshi GS. Central adiposity and anthropometric indices as gender-specific predictors of systolic blood pressure in young adults. Cureus [Internet]. 2025 [citado 07/08/2026];17(7):e88961. Disponible en: <https://doi.org/10.7759/cureus.88961>
5. Writing Committee Members; Jones DW, Ferdinand KC, Taler SJ, Johnson HM, Shimbo D, Abdalla M, et al. 2025 AHA/ACC/AANP/AAPA/ABC/ACCP/ACPM/AGS/AMA/ASPC/NMA/PCNA/SIM guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. Hypertension [Internet]. 2025 [citado 07/08/2026];82(10):e212-e316. Disponible en: <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000249>
6. Hernández-León ML, Cruz-Martínez I, Téllez-Veranes T, Rodríguez-Fernández MC. Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. MEDISAN [Internet]. 2023 [citado 07/08/2026];27(2):e4410. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192023000200007&script=sci_abstract
7. Agüero Fuentes O, Losada Robaina M, Agüero Fuentes M. Ejercicios físicos dirigidos a la prevención de conductas sedentarias en estudiantes universitarios. Varona [Internet]. 2023 [citado 07/08/2026];1(78):1-12. Disponible en: <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rVar/article/view/2230>
8. Godínez Linares R, Ferrer Monier A, Velázquez Hernández M, Pacios Dorado JL, Tarife Romero IE, Barroso Fontanals ME. Caracterización del tabaquismo en estudiantes de la Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Univ. Méd. Pinareña [Internet]. 2023 [citado 07/08/2026];19:e983. Disponible en: <https://revgaleno.sld.cu/index.php/ump/article/view/983>
9. Wan DWJ, Goh LSH, Teo MYK, Loh CJL, Yak GHK, Lee JJH, et al. Enhancing self-care education amongst medical students: a systematic scoping review. BMC Med Educ [Internet]. 2024 [citado 07/08/2026];24:37. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04965-z>

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

BZG: conceptualización, investigación, redacción – borrador original, redacción – revisión y edición.

CONFLICTO DE INTERESES

Los artículos de la **Revista MedEst** se comparten bajo los términos de la licencia de **Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional**
Email: revmedest.mtz@infomed.sld.cu Sitio Web: www.revmedest.sld.cu



El autor declara que no tiene conflictos de intereses.

FUENTES DE FINANCIACIÓN

El autor no recibió financiación para el desarrollo de la presente carta.

USO DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Durante la preparación de este manuscrito, el autor empleó el modelo de lenguaje Claude Sonnet 5 (Anthropic) como herramienta de apoyo para la revisión de estilo conforme a las normas editoriales de esta revista. El autor revisó, editó y asumió la responsabilidad íntegra sobre la exactitud, integridad y originalidad del contenido final, incluida la verificación directa de cada referencia citada.

