

## **Ela está bem, afirma, despindo las migas de su chaqueta. "¿Por qué tanta alarma?"**

Corro hacia el lado de la cama de mi paciente después de ser convocado por su presión arterial de 220/105 mmHg, verificada en tres ocasiones. En mi mente, estoy revisando una lista de consecuencias catastróficas, como un derrame cerebral, que podrían destruir su vida en un instante.

El hospital no tiene una unidad de cuidados intensivos. ¿Cómo y dónde la evacuaré? Si una placa medicamentosa no funciona, ¿podemos hacer una infusión? A los 82 años, se ve una década más joven, pero ¿ha escrito una directiva anticipada de atención médica en caso de que no pueda tomar decisiones por sí misma?

Mientras la enfermera y yo actuamos, la paciente dice felizmente a su edad nadie se preocupa por la presión arterial. Después de ver a un amigo sobrevivir a un derrame cerebral hemorrágico hipertensivo pero quedar con discapacidad permanente, discrepo.

Pero su respuesta despreocupada me recuerda la relevancia de las pautas emitidas por el Grupo de Trabajo Nacional de Hipertensión de Australia.

**La hipertensión, definida como una presión arterial superior a 140/90, es por lejos el factor de riesgo más importante para las muertes prevenibles. Alrededor de 10 millones de personas en todo el mundo, 25.000 de ellas en Australia y 75.000 en el Reino Unido, mueren anualmente de condiciones relacionadas con la hipertensión, como accidente cerebrovascular, enfermedad cardíaca y renal y demencia vascular.**

La hipertensión es lo suficientemente común como para haber entrado en el lenguaje cotidiano, como en "esta persona eleva mi presión arterial". Pero de los uno en tres australianos que tienen hipertensión, la mitad ni siquiera lo sabe. De los que lo saben, solo una tercera parte son tratados efectivamente, coincidiendo con las tasas en el Reino Unido y los Estados Unidos, pero peor que Corea del Sur y Canadá.

Ignoramos la hipertensión a nuestro propio riesgo porque es un asesino silencioso. A diferencia de muchas otras condiciones crónicas, la hipertensión rara vez causa síntomas, afecta a jóvenes y mayores, y es altamente tratable. De hecho, para una afección letal, su imagen como un transeúnte benigno plantea un gran dilema de salud pública.

Si tiene hipertensión, es probable que ni siquiera lo sepa. Y si sabe que es hipertenso, es probable que no sepa si está bien controlado.

## **Conocer su presión arterial**

Cuando un amigo recientemente informó palpitaciones, quise saber su presión arterial usual. Ella adivinó un número en 110 y preguntó tímidamente si podría ser la "lectura superior o inferior", con muy diferentes consecuencias. Afortunadamente, una ambulancia llegó a tiempo para tratar su ictus inminente.

Cerca del 90% de la población ve a un GP al menos una vez al año. Otras

# Mi relación con mi suegra se ha enfriado desde el nacimiento de mi primer hijo

Desde que tuve a mi primer hijo hace aproximadamente un año, la relación previamente amistosa y cálida con mi suegra se ha enfriado y se ha vuelto distante. Siento que mi suegra es emocionalmente manipuladora y ejerce mucha presión sobre mi esposo, y en última instancia sobre mí, para pasar tiempo con mi hija. Creo que estos sentimientos comenzaron para mí cuando estuvo demasiado presente en nuestro hogar en las primeras horas y días de mi hija que llegó a casa. En retrospectiva, se siente como si estuviera invadiendo un espacio que era muy privado e íntimo en un momento en que estaba agotada, adolorida y vulnerable, y no podía mantener mis propios límites. Desde entonces, he estado resentida y siento que está aprovechando mi agotamiento para obtener tiempo íntimo con su nueva nieta, en lugar de respetar lo que es correcto para mí. Ahora siento la necesidad de mantenerla a distancia por temor a que vuelva a excederse.

Mi esposo es solidario, pero al final se siente obligado por la manipulación emocional de mi suegra. En general, es una mujer amable y no creo que haya ni siquiera considerado que su comportamiento fuera un exceso. No sé muy bien a dónde ir desde aquí, ya que quiero que mi hija tenga una relación con su abuela, pero también no quiero que mi suegra esté involucrada en tantos aspectos de mi vida como sé que desea. ¿Qué podría hacer?

## Eleanor dice:

Voy a hacer algo que puede que no espere y es ofrecer una interpretación diferente de su suegra. No es porque piense que tiene derecho a ser una gran parte de su vida – no lo tiene. Tampoco es porque piense que no está siendo manipuladora – podría ser. Es porque también es posible que no se dé cuenta del efecto que está teniendo en usted.

Usted dice que es generalmente amable, que no se le habría ocurrido que su comportamiento fuera un exceso. Suena como si el problema fuera la cantidad en lugar de la calidad del tiempo que quiere: no se da cuenta de cómo le afecta mal que quiera este nivel de intromisión.

Por supuesto, debería reconocerlo. Debería haber dejado que encabezara el camino como padre o madre del niño, y debería haber estado lo suficientemente vivo como para darse cuenta de los estereotipos sobre las suegras dominantes y verificar sus intuiciones sobre cuánto querría que estuviera presente. Pero a nadie le gusta preguntarse si es un estereotipo. Y si históricamente ha tenido una relación cálida, puedo ver cómo cometería el error de asumir que sería útil tenerla cerca. La generación, la cultura, la clase: muchas cosas conducen a diferentes suposiciones sobre cuánto deben estar involucrados los padres.

Esto no es, para estar claros, sugerir que enfrenta un problema más fácil si ella no es consciente de cómo la está afectando que si estuviera descuidando intencionalmente. De cualquier manera

---

### Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: betfair em euro

Palavras-chave: **betfair em euro - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-12