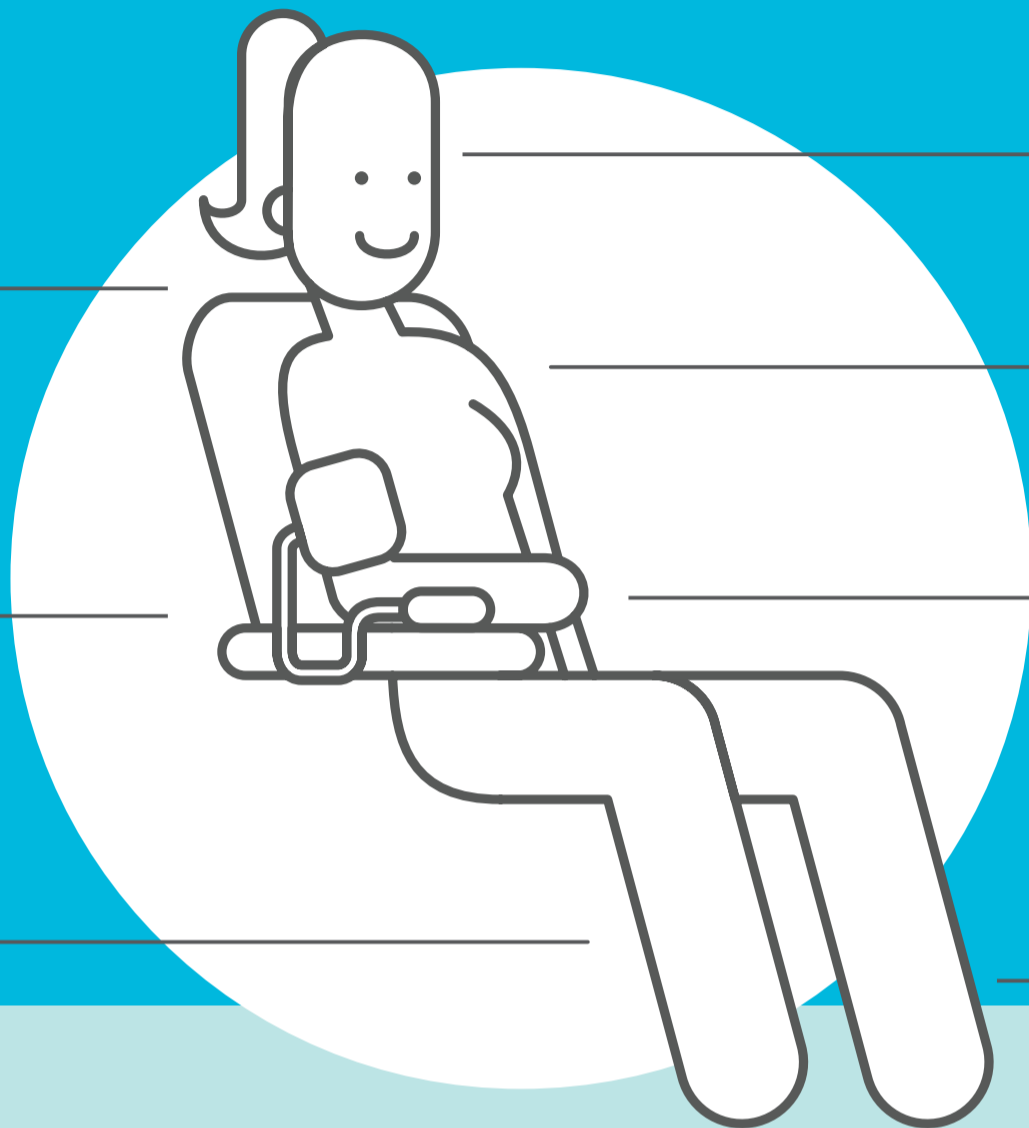


# Condiciones para la toma correcta de la Presión Arterial

Posición cómoda y con espalda apoyada en el respaldo.

Coloque el brazalete a la altura del corazón y 2cm por encima del plieque del codo.

El paciente no debe cruzar las piernas.



El paciente debe permanecer quieto y no hablar durante la medición.

Brazo descubierto sin que la ropa lo presione.

Brazo inmóvil apoyado sobre la mesa.

Ambos pies apoyados en el suelo.

## Requisitos que debe cumplir el paciente previo a la medición:

- Reposo en una silla por al menos 5 minutos.
- No haber fumado ni ingerido comidas o bebidas en los últimos 30 minutos.
- No haber realizado actividad física en los últimos 30 minutos.
- Encontrarse con la vejiga vacía.

Siempre que estén disponibles use tensiómetros automáticos validados para el brazo.

## Método Auscultatorio

(Utilizar sólo en el caso de no contar con tensiómetros automáticos).

- Colocar el estetoscopio sobre la arteria humeral, sin que quede cubierto por el manguito.
- Insuflar el manguito 20 a 30 mmHg por encima del punto en que desaparece el pulso radial y desinflar a una velocidad de 2 mmHg/segundo.
- El primer latido que se oye marcará el valor de la PAS (Presión Arterial Sistólica) y el último, el de la PAD (Presión Arterial Diastólica).

Para ambos métodos realizar siempre dos mediciones separadas por 30 segundos y promediar los valores sin redondeos.