

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 2 cm por encima del pliegue 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**.