

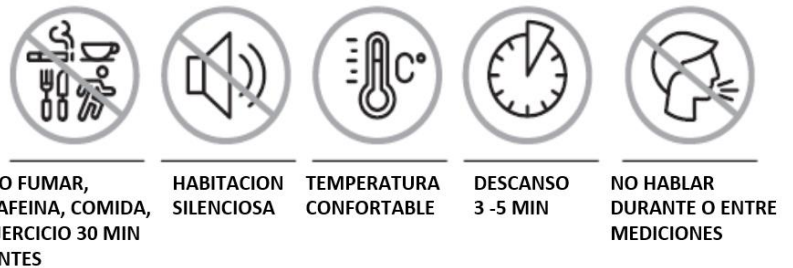
# Medida de la Presión Arterial en el Consultorio (PAC)

## DISPOSITIVO

- Usar un dispositivo electrónico automático validado de brazo.
- Es preferible un dispositivo automático que obtenga lecturas por triplicado.
- Si los dispositivos automáticos validados no están disponibles, usar un dispositivo de electrónico manual auscultatorio (pantalla LCD o LED, o de dígitos, o dispositivo anerode de buena calidad). Desinflar a una velocidad de 2-3 mmHg/s. Usar el 1<sup>er</sup> y 5<sup>o</sup> ruido de Korotkoff para definir PAS y PAD
- Es necesario el mantenimiento anual del dispositivo.

## MANGUITO

- Seleccionar el tamaño del manguito en base a la circunferencia del brazo del individuo.
- *Dispositivos electrónicos automáticos:* seleccionar el tamaño del manguito según las instrucciones del dispositivo. Cada dispositivo tiene sus propios manguitos que no son intercambiables con los de otros dispositivos.
- *Dispositivos manuales auscultatorios:* usar un manguito con una longitud de la cámara inflable del 75 al 100% de la circunferencia del brazo del individuo y un ancho del 37–50%.



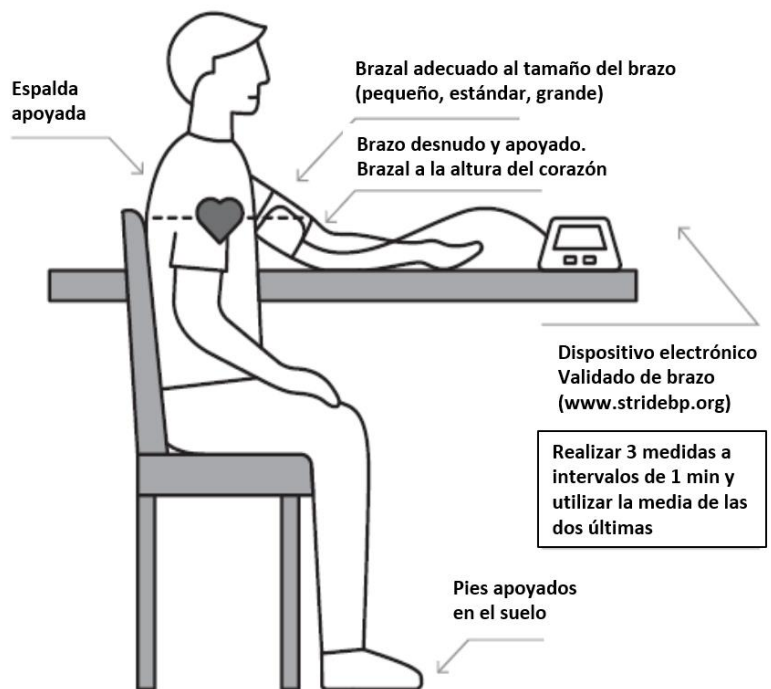
NO FUMAR,  
CAFEINA, COMIDA,  
EJERCICIO 30 MIN  
ANTES

HABITACION  
SILENCIOSA

TEMPERATURA  
CONFORTABLE

DESCANSO  
3-5 MIN

NO HABLAR  
DURANTE O ENTRE  
MEDICIONES



## MEDICIONES

- Usualmente se requieren 2-3 visitas a intervalos de 1-4 semanas.
- Medir la PA en los dos brazos en la visita inicial.
- Medir la PA en bipedestación en los hipertensos tratados si hay síntomas sugestivos de hipotensión ortostática.

## INTERPRETACION

PAC (mmHg)	Diagnóstico	Acción
PA normal-Optima (<130/85)	Normotensión muy probable	Nueva medición al año (6 meses si otros factores de riesgo)
PA Normal-Alta (130-139/85-89)	Considerar HTA enmascarada	Realizar AMPA o MAPA. Si no es posible confirmar con medidas repetidas en el consultorio
Hipertensión Grado 1 (140-159/90-99)	Considerar HTA de bata blanca	
Hipertensión Grado 2-3 (≥160/100)	HTA sostenida muy probable	Confirmar en pocos días o semanas*. Idealmente usar AMPA o MAPA

\*Tratar inmediatamente si la PAC es muy elevada (p.ej. ≥ 180/110 mmHg) y si hay evidencia de daño orgánico o enfermedad CV.

# Monitoreo Ambulatorio de Presión Arterial de 24h (MAPA)

## DISPOSITIVO

- Usar dispositivos electrónicos automáticos validados de brazo.
- Seleccionar el tamaño del manguito según las instrucciones del dispositivo.
- Cada dispositivo tiene sus propios manguitos que no son intercambiables con los de otros dispositivos.
- Es necesario el mantenimiento anual del dispositivo.

## IMPLEMENTACION

- Realizar MAPA preferiblemente en un día de trabajo rutinario.
- Se requieren unos 10-15 min para inicializar y colocar el monitor
- Frecuencia de medidas cada 20-30 min durante los periodos diurno y nocturno.
- Colocar el manguito en el brazo no dominante.
- Seleccionar el tamaño del manguito según las instrucciones del dispositivo.
- Realizar una primera medida de prueba.
- Extraer el monitor a las 24 horas.

## INSTRUCCIONES AL PACIENTE

- Explicar la función y el procedimiento del dispositivo.
- Aconsejar continuar las actividades diarias habituales y recordar al paciente que permanezca quieto y con el brazo relajado en cada medición.
- Aconsejar no conducir vehículos. Si esto fuera necesario, parar si es posible o ignorar la medición.
- Aconsejar que se evite la ducha o el baño durante la MAPA.
- Proporcionar un formulario para registrar las horas de sueño, la ingesta de medicamentos, cualquier síntoma o problemas durante el registro.
- Marcar la arteria braquial para que, si el manguito se afloja, el paciente pueda recolocárselo.
- Explicar cómo apagar el monitor en caso de mal funcionamiento.

## EVALUACION DE LA MAPA

- Definir los periodos diurno (actividad) y nocturno (sueño) solo en base al diario del paciente.
- Repetir la MAPA si hay < 20 lecturas válidas diurnas o < 7 lecturas válidas nocturnas.

## INTERPRETACION

Umbral de MAPA para el diagnóstico de hipertensión		
Promedio de 24 h:	≥130/80 mmHg	Criterio principal
Promedio diurno (vigilia):	≥135/85 mmHg	Hipertensión diurna <sup>1</sup>
Promedio nocturno (sueño):	≥120/70 mmHg	Hipertensión nocturna <sup>1</sup>
Reducción nocturna de PA en relación a la diurna (sistólica y/o diastólica)		
Reducción nocturna	≥ 10%	Reductor <sup>1,2</sup>
	< 10%	No-reductor <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Aplicar únicamente si la caída de PA día/noche se calcula usando el diario del paciente.

<sup>2</sup> El diagnóstico debe confirmarse repitiendo la MAPA

# Automedida Domiciliaria de la Presión Arterial (AMPA)

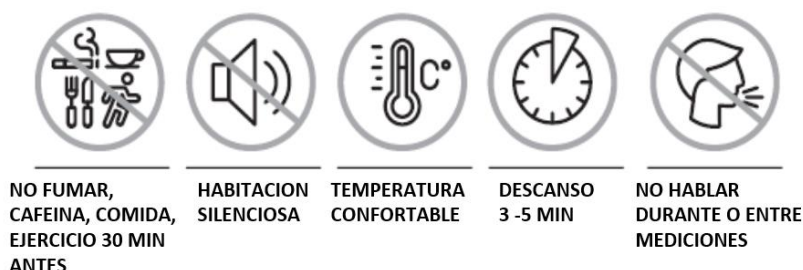
## DISPOSITIVO

- Usar dispositivos electrónicos automáticos validados de brazo.
- Seleccionar el tamaño del manguito siguiendo las instrucciones del dispositivo. Cada dispositivo tiene sus propios manguitos que no son intercambiables con los de otros dispositivos.
- Son preferibles los dispositivos automáticos capaces de almacenar y promediar múltiples lecturas, o con conexión a teléfono móvil, o a una computadora conectada a Internet que permita transferencia de datos.
- No se recomiendan los dispositivos manuales auscultatorios, los automáticos de muñeca o con manguito de dedo, las pulseras portátiles de muñeca, y otros dispositivos sin manguito.

## PROCEDIMIENTO DE MEDIDA POR AMPA

### Para diagnóstico y antes de cada visita

- Mediciones durante 7 días (al menos 3 días).
- Medidas matutinas y vespertinas.
- Antes de la ingesta del fármaco si se trata y antes de las comidas.
- Dos mediciones en cada ocasión con 1 minuto entre ellas.

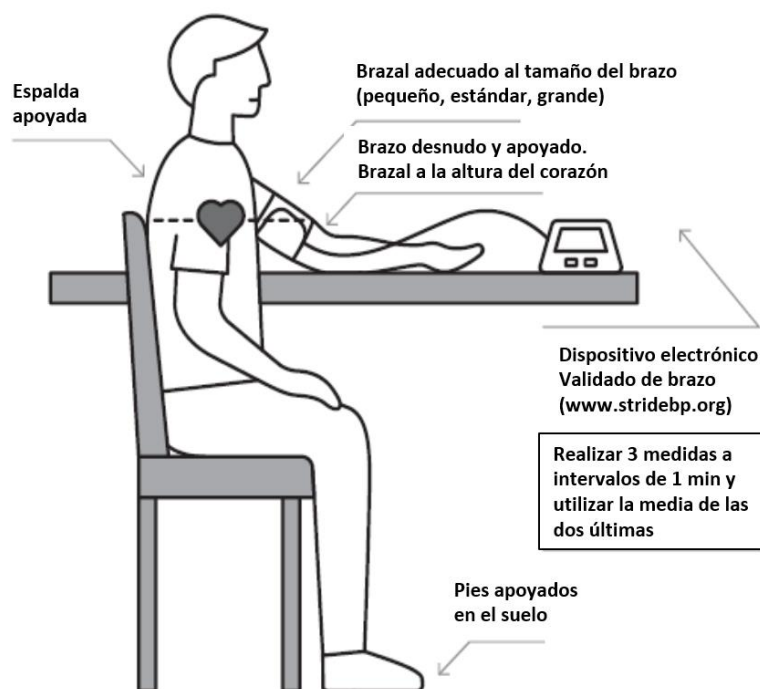


### Seguimiento a largo plazo de la hipertensión tratada

- Hacer mediciones duplicadas una o dos veces por semana (lo más frecuente), o por mes (requisito mínimo).

## FORMACION DEL PACIENTE

- Usar un dispositivo validado.
- Condiciones y postura para la medición.
- Explicar el programa y horarios de medición antes de la visita al consultorio.
- Interpretación de medidas. Informar a los pacientes sobre la variabilidad habitual de la PA.
- Qué hacer si la PA es demasiado alta o demasiado baja.



## INTERPRETACION

- Es preferible el informe automatizado y el promedio de las lecturas almacenadas en la memoria del dispositivo (o teléfono móvil). De lo contrario, revise las lecturas reportadas en un libro de registro.
- Evaluar AMPA de 7 días (al menos 3 días con al menos 12 lecturas).
- Desechar el primer día y calcular el promedio de todas las demás lecturas.
- La PA promedio en AMPA  $\geq 135/85$  mmHg indica hipertensión. Las lecturas individuales tienen poca precisión diagnóstica.