

# Uso de una pulsera\* de muñeca para medir la presión arterial

## Automedicación de la presión arterial



\* Cuando no se puede usar una manga para la parte superior del brazo, se pueden usar dispositivos de muñeca validados para tomar la presión arterial.<sup>1</sup>



### Posición correcta del antebrazo para la medición de la presión arterial de la muñeca

1. Colóquese el dispositivo de muñeca
2. Mantenga el codo en la mesa o escritorio con el antebrazo doblado
3. Coloque la muñeca a nivel del corazón
4. Mantenga el brazo relajado y la mano en reposo sobre su cuerpo
5. Mida la presión arterial de la muñeca sin mover el brazo de la posición sentada

### Posición incorrecta del antebrazo<sup>2</sup>



Muñeca por encima del nivel del corazón



Antebrazo en posición horizontal



Antebrazo en posición vertical y cerca del cuerpo

1. Nerenberg K et al. Hypertension Canada's 2018 guidelines for diagnosis, risk, assessment, prevention, and treatment of hypertension in adults and children. *CJC*. [www.onlinecjc.ca/article/S0828-282X\(18\)30183-1/fulltext](http://www.onlinecjc.ca/article/S0828-282X(18)30183-1/fulltext). Accessed April 24, 2018.

2. Casiglia et al. Poor reliability of wrist blood pressure self-measurement at home: A population-based study. *Hypertension*. <http://hyper.ahajournals.org/content/early/2016/08/22/HYPERTENSIONAHA.116.07961>. Accessed April 24, 2018.

Este recurso es parte de AMA MAP BP™, un programa de mejora de la calidad. El uso de una única herramienta o un subconjunto de herramientas o recursos de AMA MAP BP no constituye la implementación de este programa. AMA MAP BP incluye orientación de expertos en hipertensión de AMA y se ha demostrado que mejora las tasas de control de la BP en 10 puntos porcentuales y mantiene los resultados.