

INDICACIONES PARA LA TOMA DE PRESIÓN ARTERIAL Y FRECUENCIA CARDIACA.

La presión arterial será tomada en todos los participantes de la ENSPA que sean mayor o igual a 18 años de edad.

Toma de Presión Arterial

1. Introducción y Materiales: Para tomar la tensión arterial, necesitará el siguiente material:

- Un tensiómetro digital automático OMRON
- Un brazalete universal (22-42 cm)

2. Preparación del participante: Pídale al participante que se siente tranquilamente durante **15 minutos sin cruzar las piernas** y los pies apoyados sobre el piso.

Antes de tomar la presión:

- El participante debe evitar bañarse, tomar bebidas alcohólicas o cafeína, fumar, hacer ejercicio y comer durante 30 minutos antes de tomar la medición.

3. Cómo poner el brazalete? Siga las etapas enumeradas a continuación:

Etapas	Acción
1	Coloque el brazo izquierdo* del participante en la mesa hacia arriba
2	Quite o remangue la ropa que cubre el brazo
3	Coloque el brazalete por encima del codo de modo que quede firmemente envuelto alrededor de la parte superior del brazo alineando el tubo de aire con la arteria braquial
4	Ajuste bien el brazalete alrededor del brazo y sujételo bien con el velcro. La parte inferior del brazalete debería estar entre 1,2 y 2,5 cm por encima de donde se pliega el codo (parte interior)
5	Mantenga el brazalete al mismo nivel que el corazón durante la medición.

*Si se utiliza el brazo derecho, indíquelo en el instrumento del participante.

4. Toma de la tensión arterial

Procedimiento OMROM: Consulte las instrucciones de uso que acompañan el aparato para medir la tensión arterial de un participante utilizando una máquina OMROM.

Se tomarán **TRES** mediciones. El participante descansará durante tres minutos entre cada lectura.

- Verifique que se hayan rellenado correctamente las tres mediciones en el Instrumento
- Informe al participante de los resultados de sus lecturas solamente una vez que todo el proceso ha terminado.

Medición del ritmo cardiaco

Tendrá lugar al mismo tiempo que la medición de la tensión arterial. Al utilizar el Omrom, el ritmo cardiaco aparecerá en la pantalla. Apunte las tres medidas de frecuencia o ritmo cardiaco.

SECCIÓN: TENSIÓN ARTERIAL	
1. Código de identificación de la persona que toma la presión	
2. Cédula o pasaporte del participante	
3. Código de identificación del aparato para medir la tensión arterial	
4. Brazo izquierdo	Si No
5. Lectura 1	
6. Lectura 2	
7. Lectura 3	
8. Durante las dos últimas semanas, ¿ha tomado medicamentos recetados por un doctor u otro profesional de la salud por tener la tensión alta?	Si No
SECCIÓN: RITMO CARDÍACO	
9. Lectura 1	
10. Lectura 2	
11. Lectura 3	