



Cómo medir y manejar la presión arterial

How to Measure and Manage Blood Pressure (Spanish)

¿Cómo mido la presión arterial (BP)?

1. Verifique su BP justo antes de tomar medicamentos para la presión arterial (tenga en cuenta el umbral de retención que reciba de parte de su proveedor).
2. Ponga el manguito de BP sobre la piel desnuda o una camisa delgada
3. Siéntese con la espalda apoyada en el respaldo de la silla con ambos pies apoyados en el suelo (si es posible)
4. Ponga el brazo a nivel del corazón y apóyelo sobre almohadas, una mesa o el lado de un sillón o una silla
5. Mantenga inmóvil el brazo que tiene el manguito de BP puesto. Moverse o hablar mientras la máquina está midiendo puede causar una medición falsa.
6. Si obtiene una lectura inusual, reajuste el manguito e intente medir nuevamente.
7. Si tiene síntomas con una lectura de presión arterial “normal”, no dude en contactar al nefrólogo de turno o la unidad de diálisis.

How do I measure blood pressure (BP)?

1. Check your BP right before taking any blood pressure medication (note ‘hold’ threshold you received from your provider)
2. Place BP cuff over bare skin or a thin shirt
3. Sit with your back resting on the back of the chair with both feet flat on the floor (if possible)
4. Position arm at heart level and support it by propping it up with pillows, on a table, or on the side of a couch or chair
5. Keep the arm with the BP cuff on still. Moving or talking while the machine is measuring can cause a false measurement.
6. If you get an unusual reading, readjust the cuff and try measuring again.

7. If you ever have symptoms with a ‘normal’ blood pressure reading, don’t hesitate to contact the on-call nephrologist or dialysis unit

Su presión arterial meta es: _____

Your goal blood pressure is: _____

Tiene **presión arterial baja** si su lectura es menor a _____

Si los números están por debajo de la meta, vuelva a verificar en 30 minutos.

Si sigue por debajo de la meta **y tiene síntomas**, contacte por localizador al nefrólogo de turno o llame a la unidad de diálisis.

You have **low blood pressure** if your reading is less than _____

If numbers are below goal, recheck in 30min. If you are still below the goal **and you have symptoms**, page the on-call nephrologist or call the dialysis unit.

Tiene **presión arterial alta** si su lectura es de más de _____

Si los números están por sobre los que se mencionaron, vuelva a verificar en 30 minutos. Si sigue por sobre el rango, tome medicamento de rescate y vuelva a verificar en 1 hora. Si sigue por sobre la meta **y tiene síntomas**, contacte por localizador al nefrólogo de turno o llame a la unidad de diálisis.

You have **high blood pressure** if your reading is greater than _____

If numbers are above that listed, recheck in 30min. If you are still above the range, take rescue medication and recheck in 1 hour. If you are still above goal **and have symptoms**, page the on-call nephrologist or call the dialysis unit.

Exención de responsabilidad: El presente documento contiene información o material educativo elaborado por Michigan Medicine para el tipo de pacientes habituales que padecen la misma condición que usted. Es posible que contenga enlaces a contenido en Internet que no haya creado Michigan Medicine, por el que Michigan Medicine no asume ninguna responsabilidad. Este documento no reemplaza la orientación de un proveedor de atención médica porque su experiencia podría ser diferente a la del paciente habitual. Consulte con su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta sobre este documento, su condición o el plan de tratamiento.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Autor: Kelsey Danehy, RN

Revisores: Vivian Shih, MD

Author: Kelsey Danehy, RN

Reviewers: Vivian Shih, MD

Traducido por: Language Line Solutions

Translated by: Language Line Solutions

La educación para los pacientes de [Michigan Medicine](#) tiene una licencia pública internacional de [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](#). Última actualización 09/2021

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 09/2021