

INSTRUCCIONES DE USO DE LA MONITORIZACIÓN AMBULATORIA DE LA PRESIÓN ARTERIAL (MAPA)

(Recomendaciones de la Sociedad Británica de HTA 2000)

1. Programar el monitor para que realice medidas de PA cada 30 minutos.
2. El paciente debe estar relajado en una habitación tranquila.
3. Medir la PA en ambos brazos.
4. Si la diferencia en la PA sistólica de ambos es < 10 mmHg, colocar la MAPA en el brazo no dominante.
5. Si la diferencia es ≥ 10 mmHg, colocar el monitor en el brazo que tenga la PA más alta.
6. Seleccionar el manguito adecuado. La cámara del manguito debe rodear el 80% del brazo.
7. Desactivar la visión de las medidas de PA.
8. Dar a los pacientes las instrucciones escritas.
9. Enseñar al paciente cómo desconectar el aparato después de 24 horas.
10. Son necesarias más de 14 mediciones de PA sistólica y diastólica durante el día y más de 7 mediciones de PA sistólica y diastólica durante la noche.

Explicar al paciente:

1. El procedimiento.
2. La frecuencia de hinchado y deshinchado.
3. Cómo deshinchar manualmente el dispositivo.
4. Que en caso de fallo de la lectura, el aparato volverá a repetir la lectura.
5. Que debe mantener el brazo quieto y a la altura del corazón durante la medición.
6. Que debe realizar las actividades normales entre las mediciones.
7. Que debe mantener el monitor colocado durante la noche y ponerlo debajo de la almohada.
8. Que puede llamar por teléfono al centro de salud si tiene algún problema.
9. Entregar la hoja-diario para que anote:
 - Sus actividades en el momento de la medición.
 - Cuándo se va a la cama.
 - Cuándo se levanta de la cama.
 - Cuándo toma el tratamiento antihipertensivo.
 - Cualquier síntoma.