



Nombre del trabajo:

Medición de la presión arterial

Materia:

Salud pública I

Primer semestre

Nombre del docente:

Samuel Esau Fonseca Fierro

Nombre del alumno:

Abril Amairany Ramírez Medina

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

07 de Enero de 2022

¿Cómo se mide la presión arterial?

Usualmente, se llena de aire un brazalete, que aprieta la arteria de la parte superior del brazo, de modo que al dejar escapar el aire del brazalete, un indicador (instrumento para medir) registra la medida de la presión arterial. En la mayoría de los aparatos para uso casero, los indicadores son pantallas digitales (electrónicas).

- Usted se sienta en una silla con los pies en el suelo
- Apoya el brazo en una mesa u otra superficie, para que esté a la altura de su corazón. Tal vez se le pida que se suba la manga
- El profesional de la salud le colocará un manguito de presión arterial alrededor del brazo. Es un dispositivo parecido a una correa. Debe estar bien ajustado alrededor de la parte superior del brazo, con el borde inferior justo encima del codo
- Luego, inflará el manguito de presión arterial con una bomba manual pequeña o pulsando el botón de un dispositivo automático
- Después, medirá la presión a mano o con un dispositivo automatizado
- Si lo hace manualmente, colocará un estetoscopio sobre la arteria principal de la parte superior del brazo para escuchar el flujo de sangre y el pulso mientras el manguito se infla y se desinfla
- Si usa un dispositivo automatizado, el manguito de presión arterial se infla, desinfla y mide la presión de forma automática
- Cuando el manguito de presión arterial se infle, sentirá que le aprieta el brazo
- El profesional de la salud luego abrirá una válvula en el manguito para dejar salir el aire lentamente. A medida que el manguito se desinfla, la presión arterial bajará
- Cuando la presión arterial baje, el profesional de la salud la medirá al escuchar el sonido de la sangre pulsante. Esta es la presión sistólica
- A medida que el aire siga saliendo, el sonido del pulso de la sangre empezará a desaparecer. Cuando pare por completo, se tomará otra medida. Esta es la presión diastólica.

- Tal vez sienta una pequeña molestia cuando el manguito de presión arterial se infla y le aprieta el brazo. Pero esto dura sólo unos pocos segundos.

¿Qué significan los números?

La medición de la presión arterial tiene dos partes: el número de arriba (o primero) y el número de abajo (segundo). El número de arriba es la presión “sistólica” y el número de abajo, la presión “diastólica”.

La presión sistólica es la presión arterial cuando el corazón late y bombea la sangre a través de las arterias. La presión es más alta cuando el corazón está bombeando; por eso el número sistólico siempre es más alto.

La presión diastólica es la presión arterial entre latidos cardiacos, cuando el corazón no está bombeando. La presión arterial es más baja cuando el corazón no está bombeando; por eso el número diastólico es más bajo.

Los números de su presión arterial se presentan uno arriba del otro, con la presión sistólica “arriba” de la presión diastólica.

La presión arterial normal es menor de “120 sobre 80”, o sea 120/80. Eso significa que la presión sistólica es de 120 y la diastólica de 80.

Una presión arterial entre 120/80 y 139/89 se llama “prehipertensión”. Esto significa que su presión arterial es más alta de lo normal y que corre el riesgo de padecer de presión arterial alta.

Si su presión arterial es de 140/90 o más, la mayoría de las veces que se la mide, entonces usted padece de presión arterial alta.

¿Para qué se mide la presión arterial?

La única manera de saber si la presión arterial está alta, es midiéndola regularmente, varias veces al día y durante varios meses. La presión arterial alta puede no causar ningún síntoma; por ello es importante medir la presión regularmente, aun cuando no se sienta que está alta.

Para ayudarle a llevar un mejor control de su presión arterial, su médico puede sugerir que se la mida regularmente en casa. Su médico puede indicarle cuántas veces al día debe medirla y a qué horas.