

## La SEMG insta a realizar adecuadamente la toma de presión arterial para evitar el sobretratamiento de la hipertensión

- Con motivo del Día Mundial del Corazón, los expertos del Grupo de Trabajo de Cardiovascular y Diabetes de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) han realizado un llamamiento para conseguir que las lecturas obtenidas sigan los procedimientos y pasos recomendados por la mayoría de las directrices de práctica clínica, coincidiendo con la celebración en Toledo de la Jornada Unidos en la Salud Cardiometabólica.

**Toledo, 29 de septiembre de 2023** – La Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) ha advertido hoy, con motivo del Día Mundial del Corazón, que la toma de presión arterial (PA) no se hace siempre en las condiciones adecuadas, lo que conduce a una presión inexacta que a menudo consiste en una sobreestimación de la PA y que podría llevar a sobrediagnóstico y sobretratamiento de la hipertensión en los pacientes.

Los expertos del Grupo de Trabajo de Cardiovascular y Diabetes de la SEMG, que hoy se reúnen en Toledo con motivo de la Jornada Unidos en la Salud Cardiometabólica, han realizado un llamamiento para que se realice de forma adecuada la medición clínica estandarizada de la presión arterial y que las lecturas obtenidas respondan a los procedimientos y pasos recomendados por la mayoría de las directrices de práctica clínica. Para ello, se requiere la preparación del paciente, así como de características específicas del equipo, procedimiento de medición y la forma y frecuencia con que se registran las lecturas de PA, según se recoge en el Consenso Internacional de la medida estandarizada de la PA.

La toma de presión arterial en la consulta convencional o estándar es el método mejor estudiado para evaluarla y aquel por el cual se han establecido umbrales de PA para el diagnóstico de hipertensión, clasificación de la PA, papel de la PA como factor de riesgo cardiovascular, efecto protector del tratamiento antihipertensivo y objetivos de las intervenciones terapéuticas.

De la misma manera, la automedida de la presión arterial (AMPA) por parte del paciente en su domicilio debe realizarse también en las condiciones óptimas. Para ello, los profesionales sanitarios deben instruir al paciente para que las cifras obtenidas sean las reales, tal y como se ha recordado ante los médicos asistentes a la Jornada Unidos en la Salud Cardiometabólica, que este año engloba el IX Foro de Formación en Diabetes y la VII Jornada Cardiovascular.

### ¿Cómo realizar una adecuada automedida de PA?

Los pacientes deben elegir un ambiente tranquilo, sin ruidos y con temperatura agradable, debe estar tranquilos y evitar el consumo de café, alcohol, tabaco, comida y ejercicio físico 30 minutos antes de la toma y habiendo vaciado la vejiga.

En cuanto a la posición, deben sentarse cómodos en una silla con respaldo, apoyando la

espalda y no cruzar las piernas. Deben reposar 5 minutos con el manguito puesto en el brazo que le hayan indicado en su centro de salud. El brazo en el que se va a tomar la presión arterial debe estar extendido, sin ropa que oprima, a la altura del corazón y apoyado sobre una mesa. Hay que colocar el manguito en posición adecuada, unos 2-3 centímetros por encima de la parte flexora del codo y no se debe hablar ni mover el brazo mientras realice la medición.

Para el seguimiento del paciente con hipertensión se recomienda realizar al menos dos medidas o lecturas (con un aparato automático validado) por la mañana (antes de tomar la medicación) y al menos dos por la noche (antes de tomar la medicación), dejando pasar 30 segundos o un minuto entre cada una de ellas, idealmente durante 7 días (no menos de 3) anotando la fecha y hora de medición para informar en los controles al personal sanitario.

**Para más información contactar con:**

**Sonia Morales (Comunicación SEMG)**

Teléfono de contacto: 626 301 370

Email: [gabinetecomunicacion@semg.es](mailto:gabinetecomunicacion@semg.es)