

## Hablar o no tener la espalda apoyada durante la toma pueden aumentar la presión arterial unos diez milímetros de mercurio

El Grupo de Trabajo de Cardiovascular y Diabetes de SEMG alerta de que subestimar la importancia de este proceso de recogida de datos tiene un alto impacto negativo en la seguridad del paciente por diagnósticos poco precisos y sobretamientos innecesarios.

Por ello, expertos de la SEMG han elaborado el documento *Medida estandarizada de la presión arterial en la consulta y en el domicilio* que integra las recomendaciones internacionales más recientes sobre la medida estandarizada de la presión arterial.

**Madrid, 10 de julio de 2024** – La hipertensión arterial (HTA) es uno de los principales factores de riesgo para desarrollar una complicación de la esfera cardiovascular. Tanto el diagnóstico como el posterior control de la HTA, precisa de una recogida de las cifras de presión arterial (PA) que se ajusten lo máximo posible a las reales de cada paciente. Sin embargo, la falta de estandarización en la medición de la PA es un problema importante que se suele atribuir a la falta de tiempo en la consulta de Atención Primaria o a que se trata de una maniobra muy repetida en cualquier nivel asistencial. Por ejemplo, actividades corrientes como hablar o no tener la espalda apoyada en el respaldo de la silla, pueden aumentar la PA unos diez milímetros de mercurio (mmHg).

Ante esta realidad, el Grupo de Trabajo de Cardiovascular y Diabetes de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) alerta de que subestimar la importancia de este proceso de recogida de datos tiene un alto impacto negativo en la seguridad del paciente, por motivos tanto de diagnósticos poco precisos como de sobretamientos innecesarios. Por ello, los expertos de la SEMG han elaborado un documento que integra las recomendaciones más recientes sobre la medida estandarizada de la PA, en concreto, las dictadas por las Sociedades Europeas de Hipertensión y Cardiología, además de la Llamada a la Acción del Consenso Internacional publicado en el *American Journal of Medicine*.

En concreto, este nuevo Documento SEMG titulado [Medida estandarizada de la presión arterial en la consulta y en el domicilio](#) y que está disponible con acceso y descarga libre en la web [semg.es](http://semg.es), ha sido elaborado por la doctora Isabel Egocheaga Cabello, doctora responsable del Grupo Cardiovascular de SEMG, así como por los doctores Agustín de Molina Torres, Manuel Carmona González, Cristian Montero Peña y Pedro García Ramos.

Este manual -presentado durante el 30º Congreso Nacional de Medicina General y de Familia- señala que, en relación al diagnóstico de HTA, se mantiene el umbral de 140 mmHg de PA Sistólica (PAS) y 90 mmHg de PA Diastólica (PAD), enfatizando en la importancia de conocer los valores de PA fuera de la consulta, debido a un ajuste más real a los valores de PA del paciente, bajando ese umbral diagnóstico a 135/85 mmHg.

Con respecto al tratamiento farmacológico, el documento indica que es necesario que vaya

acompañado de una prescripción de modificaciones en los estilos de vida como base de la prevención cardiovascular general. Ya no se discute la necesidad de combinar tratamientos farmacológicos antihipertensivos en un mismo comprimido desde el inicio del diagnóstico en la mayoría de los pacientes con HTA.

### **Medida en la consulta y en el domicilio**

La medida estandarizada de la presión arterial se refiere a las lecturas de PA siguiendo un protocolo que incluya todas las recomendaciones que aseguren obtener unos resultados los más cercanos a la PA real del paciente. La mayor parte del conocimiento actual sobre la HTA se basa en estudios que utilizan medidas de PA clínica en la consulta diaria. Esto requiere la preparación del paciente, así como especificaciones del entorno, del equipo, del procedimiento de medición y la forma en que se registran las lecturas, según indican los autores.

Este documento engloba las recomendaciones más actuales para evitar los probables sesgos en consulta y fuera ella, lo que se conoce como monitorización ambulatoria de la PA (MAPA) o automedida domiciliaria de la PA (AMPA), y también habla de la ‘HTA de bata blanca’ y la ‘HTA enmascarada’. “Es fundamental realizar un diagnóstico adecuado de estos fenotipos de HTA, ya que los pacientes con bata blanca pueden enfrentar exploraciones complementarias innecesarias y un tratamiento innecesario y de riesgo, mientras que los pacientes con HTA enmascarada corren el riesgo de recibir un tratamiento insuficiente”, señalan los expertos de la SEMG en el manual.

Además de las recomendaciones para los profesionales, el nuevo Documento SEMG [Medida estandarizada de la presión arterial en la consulta y en el domicilio](#) incluye un anexo con [materiales para entregar a pacientes](#) que incluye una ficha de recogida de presiones arteriales (AMPA) y una infografía con indicaciones sobre cómo tomar la presión arterial en domicilio con un tensiómetro digital.

### **Para más información contactar con:**

**Sonia Morales (Comunicación SEMG)**

Teléfono de contacto: 626 301 370

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