

## LA IMPORTANCIA DE HACER ADECUADAMENTE LA TOMA TENSIONAL ARTERIAL

*Autor: Marcos García Aguado*

*Fecha de publicación 26-04-2021*

*Patología: Cardiopatía isquémica y factores de riesgo / Categoría: Recuerda*

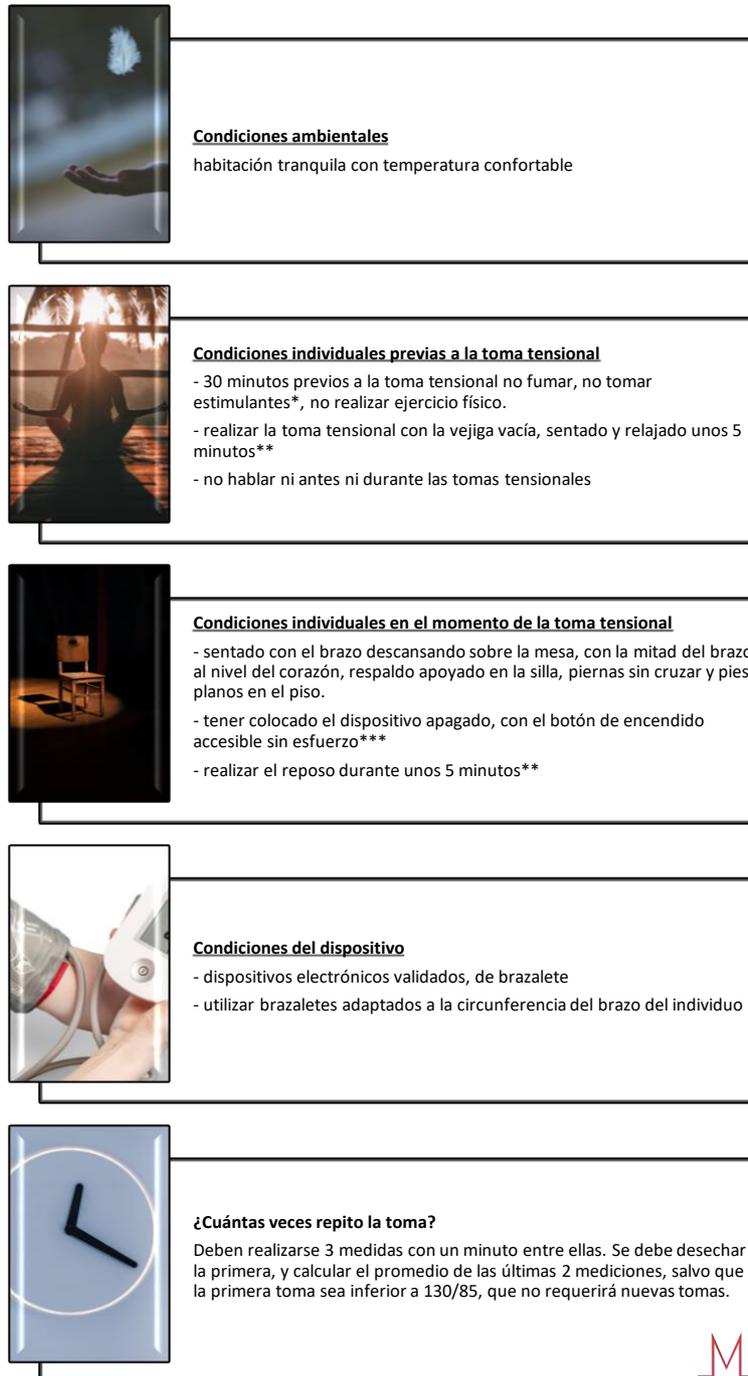
*Tiempo de lectura: 2 minutos*

*<https://www.carprimaria.com/leer-ci/toma-tension-arterial>*



Las guías de hipertensión arterial (HTA) del adulto, desarrolladas por la Sociedad Internacional de Hipertensión (ISH) y publicadas en el año 2020 (las más recientes), buscan unificar conceptos entre diferentes sociedades científicas en distintos territorios del mundo. Uno de los aspectos fundamentales se centra en la importancia de realizar adecuadamente el diagnóstico, incidiendo en la toma tensional fuera de consultas (fundamental para poder confirmar la HTA enmascarada y la forma aislada de las consultas) y la adecuada formación de los pacientes y/o cuidadores para realizar correctamente la técnica. De hecho, el último documento actualizado sobre el manejo de HTA en pacientes con insuficiencia renal de la KDIGO, publicado en marzo de 2021, incide en la importancia de la toma tensional fuera de consultas, tanto por método MAPA como en el domicilio. Los errores en las mediciones provocan problemas a la hora de pautar el tratamiento más adecuado y un mayor número de efectos secundarios, generando frustración y menor adherencia terapéutica.

La ilustración 1 resume los puntos fundamentales para la correcta realización de la toma tensional, fundamental para confirmar o descartar diagnósticos de hipertensión arterial, y para evaluar el adecuado tratamiento. Sin lugar a duda, es fundamental la colaboración entre medicina hospitalaria y medicina de atención primaria, creando un equipo multidisciplinar que permita gestionar las patologías crónicas y crear centros de formación en autocuidados y cuidados en salud.



\*adaptación de CARPRIMARIA. CARPRIMARIA modifica café por sustancias estimulantes

\*\*adaptación de CARPRIMARIA. CARPRIMARIA modifica 3-5 minutos por 5 minutos.

\*\*\*adaptación de CARPRIMARIA. CARPRIMARIA modifica incluyendo la necesidad de tener el dispositivo apagado con el botón de encendido accesible sin esfuerzo.

Ilustración 1. Resumen de las recomendaciones para la toma tensional de nuestros pacientes en el ámbito extrasanitario. Elaboración propia CARPRIMARIA

## REFERENCIAS

Hypertension. 2020;75(6):1334–1357.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32370572/>

*Kidney Int.* 2021 Mar;99(3):559-69.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33637203/>