La medición ambulatoria de la presión arterial, es una prueba con la que se pretende medir la presión arterial del paciente de forma periódica (cada 20 - 30 minutos aproximadamente), en su entorno habitual, y durante un periodo de 24 horas.

Recomendaciones:

- El día que le vayan a colocar el aparato, acuda a la consulta con ropa que permita llevar el manguito de forma cómoda (mangas amplias).
- Es importante que durante el día de la medición intente reproducir su vida cotidiana, incluida toma de medicación antihipertensiva (salvo contraindicación expresa de su médico).
- Llevará un registro donde anotar las situaciones que a lo largo del día pueden modificar de forma natural los datos de la tensión arterial, como: actividad física, situaciones de estrés, comidas y duración y calidad del sueño nocturno.
- El aparato va a medir su presión arterial cada 20 -30 minutos (según programación del aparato), durante la medición notará que el manguito colocado en su brazo se infla, es importante que mantenga el brazo en reposo y extendido para que la medición no se altere.
- Debe realizar su vida normal, pero teniendo en cuenta que debido a las mediciones frecuentes hay actividades que le pueden resultar dificultosas como conducir.
- Evitar que el aparato se moje o reciba golpes.

SES Gerencia del Área de Salud de Plasencia

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Dependencia

Registro de actividad para el paciente con MAPA

Apellidos: .....

Nombre: ..... Nº historia: .....

Nº afiliación SS: .....

CIP: ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

Hora	Actividad	Fecha: .....

Anotar las actividades más relevantes y las horas exactas en que las realiza