

VAMOS A HACERLO BIEN JUNTOS:

Cómo tomarse la presión arterial correctamente

Los errores al ponerse el manguito pueden causar mediciones incorrectas de la presión arterial.

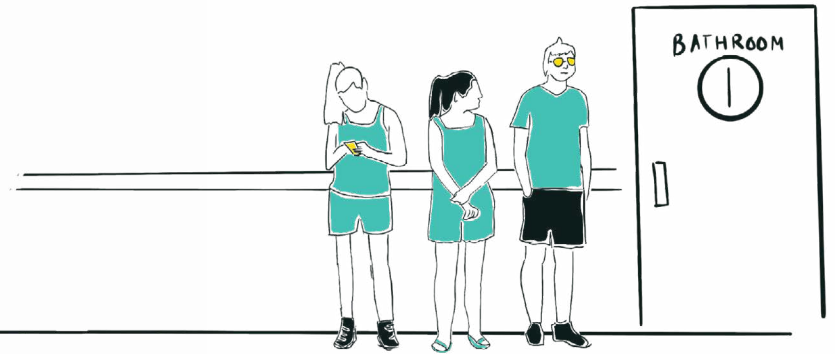
30 minutos antes de comenzar:

Desocupe la vejiga

No haga ejercicio

No tome cafeína

No fume ni vapee



**Descanse tranquilamente
al menos por 5 minutos**

**Póngase el manguito en el
brazo descubierto**

**Use un manguito de la talla
correcta**

Guarde silencio

Apoye la espalda y los pies

Mantenga las piernas sin cruzar

Apoye el brazo al nivel del corazón

**Tómese la presión arterial
Vuelva a tomársela en
1 o 2 minutos**



Bryan Los: Apoyo técnico

**De lunes a viernes,
de 9 a. m. a 4 p. m.**

401-528-3258

