

Cómo tomar la presión arterial de su niño en casa

(Taking your child's blood pressure at home)

Pautas generales

Hable con el médico sobre:

- Por qué necesita tomar la presión arterial de su niño en casa
- Cómo tomar la presión arterial de su niño en casa
- Qué presión arterial es normal para su niño
- Con qué frecuencia debe chequear la presión arterial de su niño
- Con qué frecuencia debe enviar las lecturas de la presión arterial de su niño a su médico

Cuando tome la presión arterial de su niño, le recomendamos que siga las pautas siguientes:

- Solo use un aparato que tome la presión arterial en la parte superior del brazo. No use un aparato que tome la presión arterial en la muñeca.
- Use el brazalete de la talla correcta. Para ello, necesitará saber la circunferencia del brazo de su niño (la distancia alrededor del brazo).
- Pídale a un integrante del equipo de atención de su niño que mida la circunferencia del brazo de su niño. Anótela a continuación:

Circunferencia del brazo: _____ pulgadas (_____ centímetros)

- Use este número para elegir el brazalete de la talla correcta. La talla del brazalete debe estar indicada en la caja del aparato. A veces, también aparece en el brazalete.
- La talla del brazalete debe incluir la circunferencia del brazo de su niño.
 - Por ejemplo: si la circunferencia del brazo de su niño es de 12 pulgadas, entonces puede usar un tamaño de brazalete de 9 a 17 pulgadas.
 - Un tamaño de brazalete de 9 a 17 pulgadas es la talla adecuada para cualquier persona con una circunferencia de brazo entre 9 y 17 pulgadas.
- A medida que su niño crezca, es posible que tenga que usar un brazalete más grande. Pídale a un integrante del equipo de atención que mida la circunferencia del brazo de su niño alrededor de cada dos años.
- Para aprender a medir la circunferencia del brazo de su niño en casa, consulte las páginas 3 y 4.

¿Cómo debo tomarle la presión arterial a mi niño?

Si su niño puede sentarse en una silla:

- Tome la presión arterial de su niño por la mañana o por la noche. Hágalo después de que su niño haya estado sentado por lo menos 5 minutos.
- Si su niño toma un medicamento para la presión arterial, tómelo la presión arterial antes de darle el medicamento.
- Su niño debe sentarse con los pies apoyados en el suelo.



En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo tomar la presión arterial de su niño en casa, continuación

- Coloque el brazalete alrededor de la parte superior del brazo de su niño. Apoye el brazo de su niño sobre una mesa. El brazalete debe estar a la altura del corazón de su niño.
- Anote el resultado en su registro.

¿Qué pasa si tengo un niño pequeño?

Si tiene un niño pequeño:

- Tome la presión arterial de su niño cuando esté tranquilo y quieto. Espere por lo menos 5 minutos desde la última vez que su niño estuvo activo o molesto.
- Si su niño toma un medicamento para la presión arterial, tómele la presión arterial antes de darle el medicamento.
- Su niño debe estar sentado si es posible. Es aceptable que se siente en un regazo. Es posible que los bebés y algunos niños mayores necesiten acostarse.
- Su niño podría enojarse o llorar cuando le tome la presión arterial. Puede obtener una lectura más precisa si toma la presión arterial mientras su niño duerme.
- Anote el resultado en su registro. Anote si su niño estaba tranquilo o molesto en ese momento (o si hubo algún otro problema).



¿Qué aparato de presión arterial debo comprar?

Puede consultar la lista de aparatos de las páginas 2 y 3 para ayudarle a elegir el aparato adecuado para su niño. Se han hecho pruebas con los aparatos de esta lista y se considera que son precisos. Con frecuencia, puede encontrarlos en línea o en una tienda o farmacia. Tenga en cuenta que el costo de estos aparatos puede variar según la tienda y cambiar con el tiempo.

- Solo compre un aparato que tenga el tamaño del brazalete correcto para su niño. A veces, es posible que tenga que comprar un brazalete adicional para que le sirva a su niño.
- Si necesita comprar un brazalete adicional, asegúrese de que es el brazalete correcto para el aparato. Solo use un brazalete diseñado para funcionar con su aparato.
- Traiga el aparato y el brazalete a su próxima visita a la clínica. El equipo de atención puede entonces comparar su aparato casero con la presión arterial que se obtenga en la clínica.

Opciones de aparatos

Serie Omron 3, aparato para la parte superior del brazo (modelo BP7100)

- Sirve para brazos de 9 a 17 pulgadas.
- Debe comprar 4 baterías de tamaño AA (no hay opción de adaptador de AC).
- Puede costar entre \$32 y \$35 en algunas tiendas y farmacias.
- Un brazalete de 7 a 9 pulgadas que funcione con BP7100 cuesta aproximadamente \$20 (modelo CD-CS9).

Serie Omron 5, aparato para la parte superior del brazo (modelo BP7200 o BP7250)

- Sirve para brazos de 9 a 17 pulgadas.
- El modelo BP7250 tiene Bluetooth para conectarse a una App y dar seguimiento.
- Puede comprar un adaptador de AC por unos \$9 (o puede usar baterías).

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo tomar la presión arterial de su niño en casa, continuación

- Cuesta unos \$50 en algunas tiendas y farmacias.
- Un brazalete de 7 a 9 pulgadas que funcione con BP7200 o BP7250 cuesta aproximadamente \$24 (modelo HEM-CS24-B).

LifeSource (A&D) para brazos delgados UA-767PSAC con cable

- Sirve para brazos de 6.3 a 9.4 pulgadas.
- Cuesta aproximadamente \$55 en línea.

LifeSource (A&D) para brazos delgados UA-767PVS, usa 4 baterías AA

- Sirve para brazos de 6.3 a 9.4 pulgadas.
- Cuesta aproximadamente \$55 en línea.

LifeSource con brazalete extragrande (UA-789AC)

- Sirve para brazos de 16.5 a 23.6 pulgadas.
- Cuesta aproximadamente 119\$ en línea.

Aparato Contec 08A con 4 brazaletes

- Viene con brazaletes para adultos, niños, bebés y recién nacidos.
- Cuesta aproximadamente \$77 en línea.
- Hay algunos pasos importantes antes de usar el aparato Contec 08A:
 - Lea las instrucciones. Es posible que tenga que cambiar la configuración en el botón del menú. Cambie a la configuración pediátrica o neonatal si es necesario.
 - Pruebe su aparato para asegurarse de que es preciso. Para hacerlo, un integrante del equipo de atención tomará la presión arterial de su niño de forma manual y, a continuación, le tomará la presión arterial mediante el aparato. Esto es para asegurarse de que el aparato funciona correctamente.
 - Llame a la clínica para programar una visita con un enfermero. Lleve a su niño y el nuevo aparato con usted. También puede pedir a la oficina de su pediatra que verifique su aparato nuevo.

¿Cómo puedo medir la circunferencia del brazo de mi niño en casa?

Puede medir la circunferencia del brazo de su niño en casa. Necesitará una cinta para medir.

Paso 1

Mida la longitud del brazo de su niño entre el punto del hueso de la parte superior del hombro (llamado proceso del acromion) y el punto del hueso del codo (llamado proceso del olécranon).



En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Cómo tomar la presión arterial de su niño en casa, continuación

Paso 2

Busque el punto que corresponde a la mitad del brazo superior de su niño. Para hacerlo, divida a la mitad la longitud del brazo de su niño. Aquí es donde debe medir la circunferencia del brazo.

Paso 3

Coloque una cinta métrica alrededor de la mitad del brazo superior de su niño. Esto se hace para medir la circunferencia del brazo. Con frecuencia, se mide en pulgadas (in) o centímetros (cm).



¿Cuándo debo llamar al médico?

Su médico le indicará con qué frecuencia debe enviar las lecturas de la presión arterial de su niño. También debe enviar las lecturas si son más altas de lo normal durante varios días.

- Llame a la oficina durante el día (de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 4:30 p. m.) y dígame al enfermero las lecturas
- o
- Envíe un mensaje al equipo de atención mediante MYchart.

Llame también si tiene preguntas sobre cómo tomar la presión arterial de su niño.

Esta hoja educativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.