

OMRON 705IT



Instruction manual
Page 2

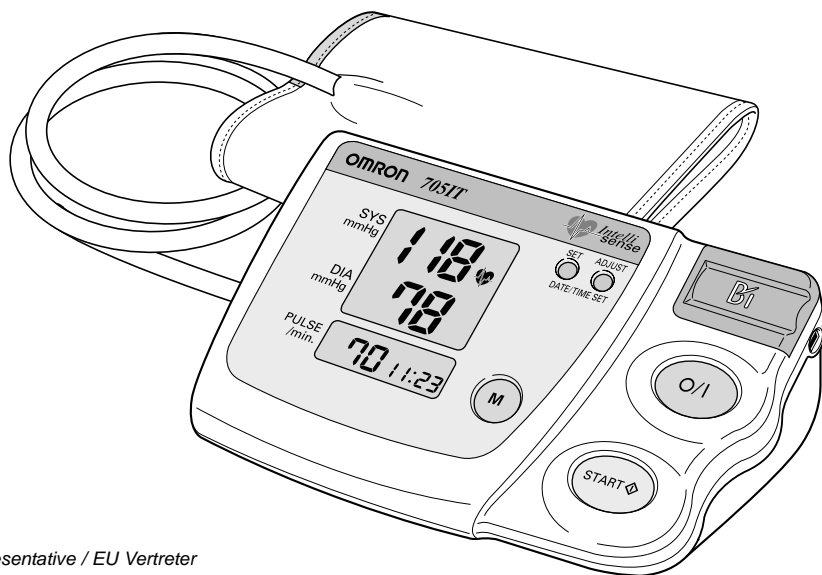
Mode d'emploi
Page 65

Gebruiksaanwijzing
Pagina 23

Istruzioni per l'uso
Pagina 86

Gebrauchsanweisung
Seite 44

Instrucciones de uso
Página 107



EU representative / EU Vertreter
Représentant UE / Rappresentante UE
Representante UE / EU Vertegenwoordiger

OMRON Healthcare Europe B.V.
Kruisweg 577
2132 NA Hoofddorp

Fully automatic blood pressure monitor

Indice

Indicaciones importantes para la obtención de valores claros y precisos de la presión arterial .	108
Su aparato para medir la presión arterial: ventajas .	109
Inserción/sustitución de las pilas	110
Cómo ajustar hora y fecha	111
Cómo colocar el brazalete	112
Cómo tomar la lectura	114
Cómo utilizar la función de memoria	116
Cómo utilizar la interfaz de ordenador	117
Consejos	121
Fallos, sus causas y modo de subsanarlos	122
Mantenimiento y conservación	123
Datos técnicos	124
Piezas de repuesto de OMRON	125
Algunas informaciones útiles sobre la presión arterial	126

Estimado usuario:

Nuestro más sincero agradecimiento por la compra de un producto OMRON. Con la compra del esfigmomanómetro OMRON 705IT se ha decidido Ud. por un aparato innovador de alta calidad para el control de la salud, por lo que puede estar Ud. seguro de haber efectuado una elección correcta. En el desarrollo de este aparato se ha concedido especial importancia a la fiabilidad y a un manejo sencillo y cómodo. **Le rogamos leer atentamente las presentes instrucciones antes de utilizar el aparato por primera vez.** Si todavía le surge alguna pregunta sobre su uso, contacte con el distribuidor OMRON en la dirección indicada en el envase. Estará encantado de atenderle.

Le expresamos nuestros mejores deseos para su salud y su futuro.

OMRON HEALTHCARE



La Liga Internacional contra la Hipertensión recomienda un control de la presión sanguínea realizado por médicos y pacientes con aparatos clínicamente homologados

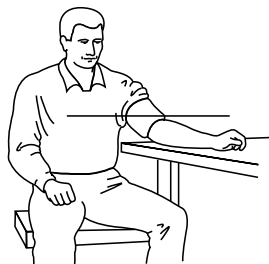
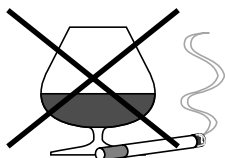
La medición periódica de la presión arterial es esencial para la prevención, control y tratamiento de la hipertensión, y facilita, además, el trabajo de su médico.

La liga Internacional de la hipertensión es una asociación de ámbito mundial de expertos en la hipertensión. La liga Internacional de la hipertensión recomienda un control de la presión sanguínea realizado por médicos y pacientes con aparatos clínicamente validados.

OMRON es el fabricante líder a nivel mundial de toda una gama de productos para la medición de la presión arterial.

Indicaciones importantes para la obtención de valores claros y precisos de la presión arterial

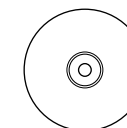
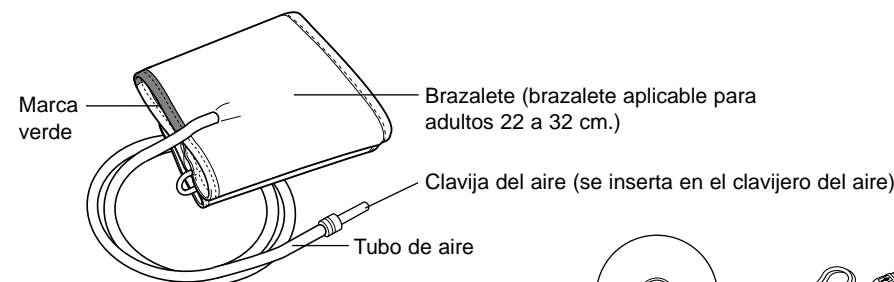
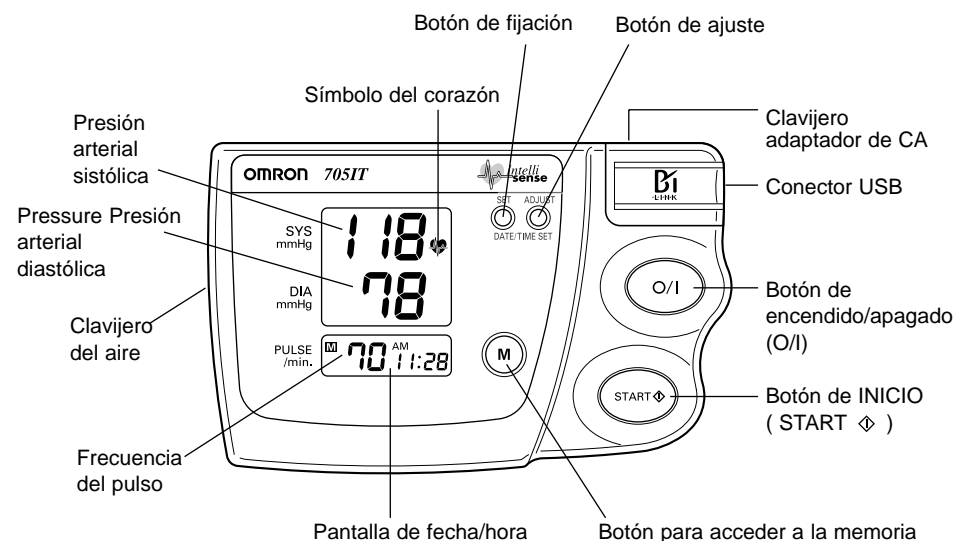
- **Importante:** En caso de arterioesclerosis grave (endurecimiento de las arterias) no es posible realizar mediciones de la presión arterial.
- El indicador del pulso no es apto para medir la frecuencia de los marcapasos.
- En caso de padecer trastornos del ritmo cardíaco (arritmias), no debe tomarse la presión con este aparato sin consultar antes con el médico. El método oscilométrico de medición puede presentar valores erróneos en determinados casos.
- Las embarazadas sólo deben tomarse la presión previa consulta médica, puesto que los valores resultantes pueden variar a causa del embarazo.
- Antes de tomarse la presión, es preciso abstenerse de ingerir alimentos y de beber (alcohol), así como de fumar y hacer deporte, ya que estas actividades repercuten en los valores obtenidos de la presión arterial.
- Durante la medición no se mueva ni hable.
- Siéntese cómodamente en una silla y relájese antes de tomarse la presión.
- Le recomendamos controlar la presión arterial dos veces al día: por la mañana después de levantarse y por la tarde después del trabajo, o bien según las indicaciones de su médico.
- **Tenga presente la siguiente consideración: La automedición no representa de por sí ningún tipo de terapia. No modifique nunca por iniciativa propia la dosis de la medicación que le haya prescrito el médico.**



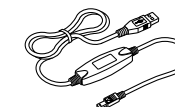
Su aparato para medir la presión arterial: ventajas

El OMRON 705IT es un esfigmomanómetro compacto totalmente automático. En base al principio de medición oscilométrica, permite obtener los valores de la presión arterial y del pulso con rapidez y facilidad. Contiene un sistema inteligente para un inflado controlado "Hasta el último milímetro", conocido como "Intellisense". Se trata de un avanzado método de medición oscilométrica que no requiere un ajuste previo ni un reinflado.

OMRON es el fabricante líder a nivel mundial de aparatos para la medición de la presión arterial, cuyo fin es cumplir los requisitos necesarios para poder efectuar mediciones fiables con regularidad.

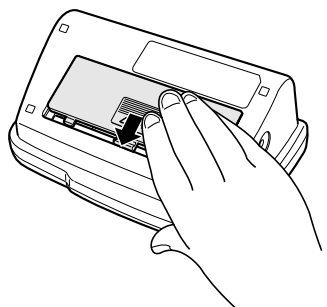
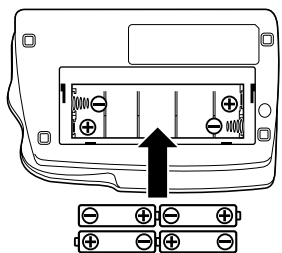
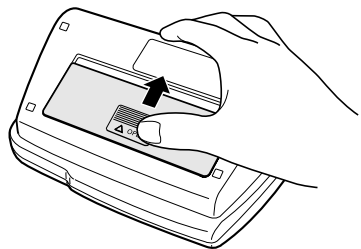


CD-ROM




Cable USB

Inserción / sustitución de las pilas



- ❶ Retire la cubierta de las pilas deslizándola en la dirección de la flecha.
- ❷ Inserte o sustituya 4 pilas "LR6" de manera que los polos + (positivo) y - (negativo) concuerden con las polaridades indicadas en el compartimiento de las pilas.
- ❸ Coloque de nuevo la cubierta.

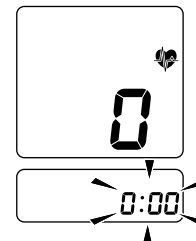
NOTAS:

Si aparece en la pantalla el símbolo indicador de pilas descargadas (), sustituya las cuatro pilas. Se recomienda utilizar pilas alcalinas de larga duración.


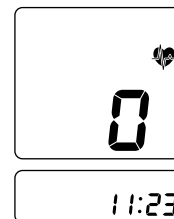
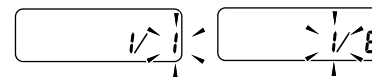
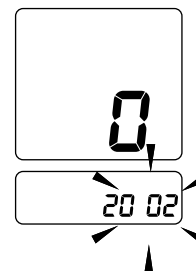
Retire las pilas si no va a usar el monitor durante un periodo prolongado de tiempo.

No tarde más de 30 segundos en sustituir las pilas. Si el aparato está sin pilas más de 30 segundos se borran la fecha y la hora.

Cómo ajustar hora y fecha



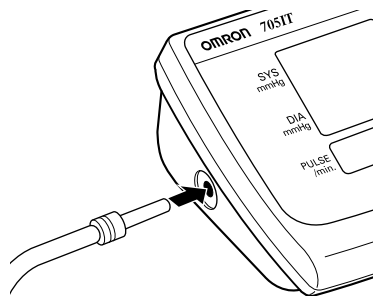
DATE/TIME SET
SET ADJUST

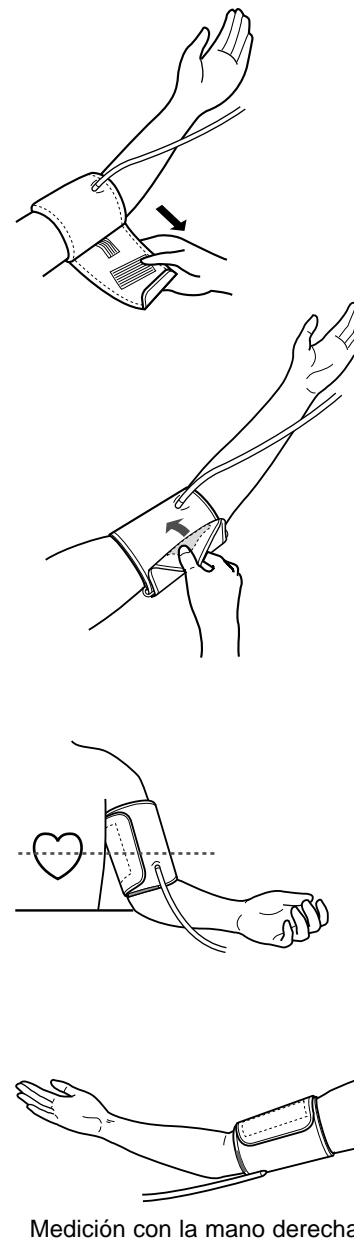
- ❶ Una vez insertadas las pilas, la pantalla mostrará 0:00.
- ❷ Pulse y mantenga pulsado el botón de fijación (set). Parpadearán los dígitos del año (2002).
- ❸ Vaya pulsando el botón de ajuste para hacer avanzar los dígitos de uno en uno hasta llegar al número deseado (Los dígitos avanzan rápidamente) luego pulse el botón de fijación para inmovilizar los dígitos.
- ❹ Repita los pasos 3-4 para mes y día.
- ❺ Repita los pasos 3-4 para hora y minuto.

Cómo colocar el brazalete

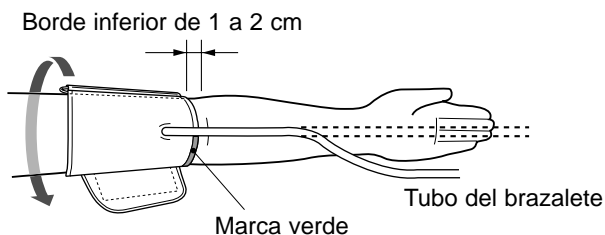
(al ponérselo en su brazo izquierdo)



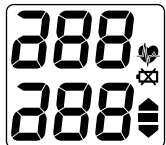
- ❶ Puede ponérselo tanto en su brazo izquierdo como en el derecho.
- ❷ Quítese cualquier ropa apretada de la parte superior de su brazo.
- ❸ ¡Séntese en una silla con los pies bien apoyados en el suelo y ponga el brazo sobre una mesa de modo que el brazalete quede a la misma altura que su corazón.
- ❹ Colóquese el brazalete de manera que la parte inferior de este le quede aproximadamente de 1 a 2 cm por encima del codo. La marca verde del brazalete debería quedar sobre la arteria braquial de la parte interior del brazo. El tubo debería bajar por el brazo en una posición centrada, más o menos a la altura del dedo corazón.



- ❺ Tire del brazalete de modo que los bordes superior e inferior queden uniformemente tensados alrededor de su brazo.
- ❻ Cuando el brazalete esté correctamente posicionado, presione FIRMEMENTE el material de enganche cosido contra la parte de velcro del brazalete.
- ❼ Asegúrese de que el brazalete queda bien ceñido alrededor de su brazo. El brazalete debería contactar bien con la piel. Ud. debería ser capaz de introducir su dedo índice entre el brazalete y su brazo sin esfuerzo.
- ❽ Relaje el brazo y ponga la palma de su mano hacia arriba.
- ❾ Asegúrese de que el tubo de aire no presenta pliegues.



Cómo tomar la lectura



1 Pulse el botón (O/I)

- Todos los símbolos aparecen en la pantalla durante aproximadamente un segundo.
- Cuando el monitor está listo para la medición aparece el símbolo (♥) en la pantalla.

2 Pulse el botón (START ◊) y quédese quieto.

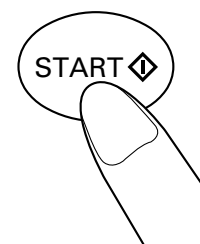
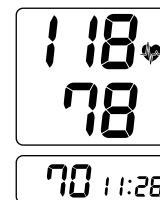
Cuando el brazalete comienza a inflarse, el monitor determina automáticamente su nivel de inflado ideal. No mueva el brazo y quédese quieto hasta que termine la medición completa, pues este monitor detecta el pulso incluso durante el inflado.

- Si desea parar el inflado o la medición, pulse el botón (O/I). El monitor dejará de inflar, comenzando rápidamente a desinflar, tras lo cual el monitor se apagará.

3 Inflado

El inflado se para automáticamente y da comienzo la medición.

Al ir desinflándose poco a poco el brazalete, aparecerán números decrecientes en la pantalla, y el símbolo (♥) parpadeará en a cada latido del corazón. En circunstancias extraordinarias puede ser necesario un mayor inflado. En tales casos, el monitor vuelve a inflar el brazalete hasta 30 mmHg por encima del inflado inicial y reinicia la medición.



Continúe pulsando el botón

- Cuando la medición se ha completado, el brazalete se desinfla totalmente y se visualizan su presión arterial y su frecuencia de pulso.

NOTA:

El monitor guarda automáticamente la presión arterial y la frecuencia del pulso en su memoria.

- Una vez se han almacenado 28 valores en la memoria, el valor más antiguo se borrará para dejar lugar a una nueva.

- Pulse el botón (O/I) para apagar el monitor.

NOTA:

Si Ud. se olvida de apagar el monitor, éste se cerrará automáticamente a los cinco minutos.

Instrucciones para condiciones especiales:

- Si sabe que su presión sistólica es mayor de 220 mmHg, pulse y mantenga apretado el botón (START ◊) hasta que el monitor infle de 30 a 40 mmHg por encima de su previsible presión sistólica.

NOTA:

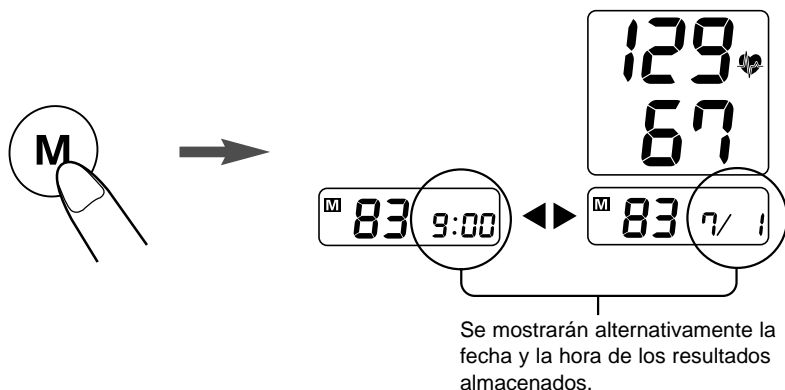
No aplique más presión de la necesaria.

El monitor no inflará por encima de 300 mmHg.

Cómo utilizar la función de memoria

Este monitor tiene una memoria capaz de almacenar 28 series de resultados. Cada vez que Ud. completa la medición, el monitor guarda automáticamente el valor de su presión arterial y la frecuencia de pulso.

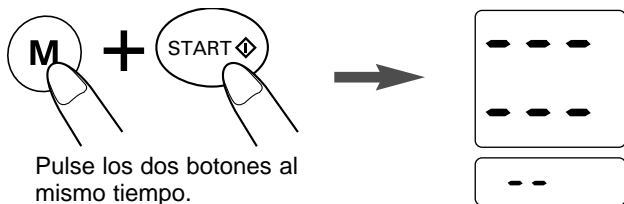
- Encienda el monitor pulsando el botón (O/I).
- Pulse el botón (M) para volver a consultar resultados almacenados mientras se muestra el símbolo (M) (♥).



- Para borrar todos los resultados almacenados, pulse simultáneamente el botón (M) y el botón (START ◊).

NOTA:

No se pueden borrar parcialmente los resultados almacenados.



Cómo utilizar la interfaz de ordenador

Este monitor de presión arterial tiene una interfaz de ordenador y está equipado con software para transferir la memoria del monitor de la presión sanguínea a su ordenador personal.

Requerimientos necesarios para un funcionamiento óptimo

Es necesario el siguiente entorno operativo para hacer funcionar el software de comunicación que se suministra en el CD-ROM.

Ordenador personal:	PC/AT compatible con CPU de 80485 o superior o con cualquier procesador Pentium
Sistema operativo:	Windows 98SE/ME/XP/2000
Memoria (RAM):	16 MB o más
Disco duro:	Son necesarios 10 MB o más de espacio libre
Monitor:	640 x 480 píxeles o más
Unidad de disco:	Unidad de CD-ROM
Puerto de conexión:	Un puerto de conexión USB libre

Entorno operativo necesario

- 1) Cómo instalar el software
 - Encienda su ordenador personal
 - .. Se visualiza su escritorio Windows
- 2) Inserte el CD-ROM en la unidad de disco
- 3) Abra el panel de control
 - Haga clic en el botón "Inicio".
 - En el menú, apunte con el puntero del ratón a "Configuración".
 - Haga clic en "Panel de control"
- 4) Abra "Agregar o quitar programas" haciendo doble clic sobre su icono
- 5) Ejecute la instalación
 - Haga clic en el botón "Instalar"
 - Siga las instrucciones
 - El software se instala en su ordenador personal

Cómo desinstalar el software

- 1) Abra el panel de control
 - Haga clic en el botón "Inicio"
 - Escoja "Configuración"
 - Haga clic en "Panel de control"
- 2) Abra el icono "Agregar o quitar programas" haciendo doble clic
- 3) Borre la aplicación
 - Seleccione de la lista "BPFile" con un clic
 - Haga clic en el botón Agregar o quitar
 - ... Aparece una petición de confirmación
 - Haga clic en "Sí"
 - ... "BPFile" se borra
 - Haga clic en "Aceptar"

Cómo conectar su monitor de presión arterial 705IT a su PC

Conecte su monitor de presión arterial 705IT a su PC mediante el cable USB suministrado. El mini conector USB (conector pequeño) debe conectarse al monitor de la presión sanguínea 705IT y el conector USB normal (conector grande) debe enchufarse a su ordenador personal.

Cómo utilizar el software

Abra la aplicación BPFile de la lista de programas de su escritorio y aparecerá en su ordenador la siguiente pantalla.



- Pulsando el botón "DATOS" podrá Ud. transferir la memoria de su monitor de presión arterial 705IT a su ordenador personal.
- Pulsando el botón "HORA" podrá Ud. ajustar la fecha y hora de su monitor de presión arterial 705IT.
- Pulsando el botón "ID" podrá Ud. introducir su nombre personal en su monitor de presión arterial 705IT.
- Pulsando el botón "CERRAR" cerrará Ud. el programa.

Cómo crear un archivo de datos

- Pulse el botón "DATOS" en la pantalla
- Pulse el botón "Dir" en la pantalla y ponga un nombre al archivo.
- Pulse "ACEPTAR"
- El archivo se puede abrir en la mayoría de los programas de Windows, como Excel, Word



Cómo ajustar la hora

- Pulse el botón "TIME" en la pantalla
- ... Se leerá la fecha y hora de su monitor de presión arterial 705IT
- Cambie la fecha y hora si es necesario en la casilla blanca



Cómo introducir la identidad del paciente en su monitor de la presión arterial 705IT

- Pulse el botón "ID" en la pantalla
- ... Se muestran los datos del paciente actual
- Cambie la identidad del paciente si es necesario en la casilla blanca



Consejos

- Antes de la medición, distienda su espalda y siéntese con la espalda erguida, realice 5 ó 6 respiraciones normales, relaje los hombros, los brazos y la totalidad de su cuerpo.
- Flexione ligeramente y apoye su codo (por ejemplo, sobre una mesa).
- No se mueva, no hable ni toque el aparato durante la medición.
- El estrés influye en su presión arterial. Relájese antes de realizar las mediciones.
- Para comparar resultados, las mediciones deben siempre efectuarse en el mismo brazo.
- No se coloque el manguito sobre prendas gruesas ni se remanque, porque que ello puede producir una congestión sanguínea en el brazo.
- Sitúe el manguito al mismo nivel que su corazón (a la altura del pecho). Si es necesario, utilice para ello un cojín o almohada.
- El frío aumenta la presión arterial, por lo que es recomendable tomarla a temperatura ambiente (+20°C).
- Relájese antes de realizar las mediciones. Si es necesario, vaya al baño antes de las mediciones.
- Evite realizar mediciones inmediatamente después de bañarse o ducharse.
- Si se la toma en un vehículo en movimiento, la medición puede resultar modificada.
- Si desea interrumpir anticipadamente la medición, pulse el interruptor principal (O/I). El proceso de inflado se detiene y el aire es expulsado automáticamente del brazalete.
- Si desea repetir la medición, vuelva a proceder del modo indicado anteriormente comenzando por el punto 4 (inflado del brazalete).
- Los posibles errores en la medición aparecen indicados a través de **[E]**. Véase el siguiente Capítulo.
- Después de cada medición es preciso desconectar el aparato, a fin de evitar el consumo innecesario de la energía de las pilas. Si olvida desconectarlo, el aparato se desconectará automáticamente una vez transcurridos 5 minutos.

Fallos, sus causas y forma de subsanarlos

Fallos y sus posibles causas	Forma de subsanarlos
<p>Las mediciones erróneas aparecen indicadas mediante E.</p> <ol style="list-style-type: none"> No se consigue ningún resultado preciso a causa de alteraciones provocadas por el movimiento del cuerpo. El brazalete no ha sido colocado correctamente. Su prenda de vestir ha producido una congestión sanguínea. Al conectar el aparato se encuentra todavía aire en el brazalete. 	<ol style="list-style-type: none"> Repita la medición con tranquilidad. No mueva el brazo y permanezca en silencio. Compruebe si se ha colocado correctamente el brazalete y repita después la medición. Elimine la congestión sanguínea quitándose la prenda de vestir que la ocasiona. Es posible que el aparato esté defectuoso. Póngase en contacto con el Servicio de Asistencia al Cliente de OMRON para que compruebe el defecto y repare el aparato en caso de ser necesario.
<p>Se ha pulsado la tecla de puesta en funcionamiento antes de que apareciera el símbolo ().</p>	<p>No pulsar la tecla de puesta en funcionamiento hasta que aparezca el símbolo que indica la disposición para efectuar la medición ().</p>
<p>Los valores obtenidos de la presión arterial son extremadamente bajos o altos, o bien se indican valores inaceptables.</p>	<p>Le rogamos observar las indicaciones y repetir después la medición.</p>
<p>No se ilumina el indicador al pulsar el interruptor principal (O/I).</p> <ol style="list-style-type: none"> Se han agotado las pilas. Los polos positivo y negativo de las pilas han sido confundidos. Los contactos de las pilas están sucios. <p>☒ La pila está agotada/su capacidad es baja.</p>	<ol style="list-style-type: none"> Compruebe el estado de las pilas e inserte cuatro pilas nuevas si fuera necesario. Inserte las pilas en el compartimento de acuerdo con la marca. Proceda a la limpieza de los contactos de las pilas utilizando un paño seco. <p>Inserte pilas nuevas.</p>
<p>La presión del brazalete no aumenta a pesar de que es posible percibir el sonido que produce el motor de la bomba.</p>	<p>Compruebe la conexión del tubo de paso de aire en el aparato e introduzca firmemente el enchufe en el conector si fuera necesario.</p>
<p>Err problema con la función de memoria</p>	<p>Contactar con El Servicio de Atención al Cliente de OMRON</p>

Mantenimiento y conservación

- Limpié el aparato utilizando simplemente un paño suave ligeramente humedecido.
No utilice gasolina, diluyente, ni ningún producto disolvente similar.
- Las manchas en el brazalete se pueden limpiar cuidadosamente con un paño húmedo y agua jabonosa.
El brazalete no se debe lavar ni mojar.
- Guarde el esfigmomanómetro en su estuche a fin de protegerlo contra la suciedad y el polvo.
- El esfigmomanómetro debe protegerse contra sacudidas y no debe guardarse expuesto a temperaturas extremadamente bajas (por debajo de -20°C) o extremadamente altas (por encima de 60°C), o con una humedad del aire elevada (+85 %).
- El esfigmomanómetro no se debe utilizar en lugares expuestos a temperaturas muy bajas (por debajo de 10°C) ni a temperaturas muy elevadas (por encima de 40°C).
- El brazalete y los tubos de paso de aire no se deben enrollar ni doblar demasiado.
- No realice reparaciones por su propia cuenta. En caso de comprobar la existencia de defectos, diríjase al Servicio de Asistencia al Cliente de OMRON o pida asesoramiento en el establecimiento especializado en productos sanitarios o en su farmacia.
- La precisión de este esfigmomanómetro ha sido verificada detenidamente con objeto de conseguir una larga vida útil del producto.
- A fin de prolongar la vida útil de las pilas, le rogamos extraerlas del aparato si no va a utilizarlo durante un largo período de tiempo (2 meses).
- Los campos electromagnéticos pueden influir en la medición. No utilice teléfonos portátiles cerca de esta unidad.

Datos técnicos

Este aparato cumple las disposiciones de la directiva comunitaria 93/42/EEC (directiva para aparatos médicos). Este esfigmomanómetro concuerda con la norma europea EN1060, esfigmomanómetros no invasivos, parte 1: Requisitos generales, y parte 3: Requisitos adicionales para sistemas electromecánicos de medición de la presión arterial.

Tipo:	OMRON 705IT
Indicador:	Indicador digital LCD de cristal líquido
Gamas de medición:	Presión arterial: 0-299 mmHg Pulso: 40-180 pulsaciones/minuto
Precisión de la medición:	Presión arterial: ± 3 mmHg Pulso: ± 5 % del valor que señala el indicador
Memoria:	28 mediciones
Inflado:	Mediante bomba eléctrica y el sistema de control Fuzzy Logic
Salida de aire:	Válvula automática de descenso de presión
Detección de la presión:	Sensor de presión (principio de capacidad)
Método de medición:	Método oscilométrico
Abastecimiento de energía:	4 pilas alcalinas de manganeso, 1,5 V (tipo LR6) o fuente de alimentación a la red (accesorios especiales, 6 V = 4 W)
Vida útil de las pilas:	La capacidad de las pilas nuevas permite efectuar aprox. 300 mediciones
Temperatura de servicio:	10° hasta 40°C
Temperatura de almacenamiento:	-20° hasta 60°C
Humedad:	Humedad relativa del aire del 15 % hasta 90 %
Humedad de almacenamiento:	Humedad relativa del aire del 10 % hasta 95 %
Peso sin brazaletes:	aprox. 530 g incluyendo las pilas
Medidas exteriores:	aprox. 115 mm x 177 mm x 71 mm
Medidas del brazaletes:	aprox. 140 mm x 480 mm perímetro del brazo 22-32 cm
Accesorios:	Brazaletes, CD-ROM, cable USB, instrucciones de uso, estuche, 4 pilas

Susceptible de modificaciones técnicas sin previo aviso.

La eliminación de este producto y las pilas usadas der conformes a las regulaciones nacionales sobre residuos de productos electrónicos.



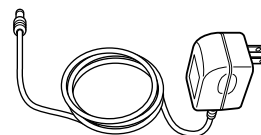
= Tipo B

CE 0197

Piezas de repuesto de OMRON



Impresora



NetzteilFuente de alimentación a la red



Brazaletes pequeño
Perímetro del brazo 17 - 22 cm



Brazaletes normal
Perímetro del brazo 22 - 32 cm



Brazaletes de mayor tamaño,
Perímetro del brazo 32 - 42 cm

Calibrado

La precisión de este monitor de la presión sanguínea ha sido cuidadosamente comprobada y este aparato está diseñado para una larga vida útil. Por lo general se recomienda que haga comprobar su monitor cada dos años para asegurar su correcto funcionamiento y precisión. Por favor, consulte con el Servicio al cliente de su proveedor autorizado, en la dirección que figura en el envase/folleto anexo.

Los aparatos de OMRON han sido especialmente diseñados para una medición periódica de la presión arterial. Por este motivo, OMRON mantiene un contacto directo con expertos en el campo de la medicina y recibe asesoramiento.

Piezas de recambio y accesorios

Debido a sus elevados estándares de calidad, Omron considera que la unidad principal no se puede reparar, puesto que requiere una calibración adecuada tras la sustitución de componentes de alta tecnología.

Algunas informaciones útiles sobre la presión arterial

¿Cuál es la definición de presión arterial?

La presión arterial es la presión ejercida por la corriente sanguínea contra las paredes de las arterias. La presión arterial varía constantemente durante el transcurso del ciclo cardíaco. El valor máximo de la presión durante el ciclo se denomina PRESION ARTERIAL SISTOLICA; el valor mínimo se llama PRESION ARTERIAL DIASTOLICA. El médico precisa de ambos valores – el valor SISTOLICO y el DIASTOLICO – para poder emitir un diagnóstico sobre el estado de la presión arterial de un paciente.

Existen numerosos factores tales como, p. ej., el esfuerzo corporal, la excitación o la hora del día, que repercuten en la presión arterial. Por regla general, la presión arterial es baja por la mañana y va aumentando a medida que transcurre la tarde. En verano es más baja, en invierno más alta.

La presión arterial se mide en milímetros en la columna de mercurio (mmHg); en la indicación de los valores de la medición figura en primer lugar la presión sistólica seguida por la presión diastólica. Una presión arterial de 140/90 mmHg indica un valor sistólico de 140 mmHg y un valor diastólico de 90 mmHg.

Hipertensión

La existencia de hipertensión se descubre en muchos casos de forma puramente casual. Por regla general, las personas que padecen hipertensión no muestran ningún síntoma, a menos que la presión arterial haya presentado valores excesivos durante algún tiempo, dando lugar a complicaciones. Tales complicaciones pueden afectar al corazón, al cerebro y a otros órganos vitales; pueden provocar trastornos de la salud y afectar el bienestar. Es por este motivo que la hipertensión es tomada tan en serio en la actualidad.

La hipertensión es denominada a veces presión sanguínea elevada, presión alta o hipertonía. La mayoría de pacientes hipertensos debe someterse a un tratamiento regular prolongado con administración de medicamentos, normalmente comprimidos. Otros pacientes pueden reducir suficientemente la presión aplicando otros métodos, p. ej. variando los hábitos en la alimentación y el estilo de vida.

Los pacientes hipertensos que comprenden el significado de esta enfermedad disponen de una gran ventaja, puesto que es más probable que se sometan a controles regulares, se atengan a las recomendaciones sobre el cambio de hábitos en la alimentación y el estilo de vida y tomen medicamentos debidamente. Esto contribuye a una mejoría inmediata. Esperamos que el mejor entendimiento de la hipertensión y su tratamiento hará que Ud. contribuya de forma activa al mantenimiento de su salud, disfrutando de esta manera de una mejor calidad de vida.

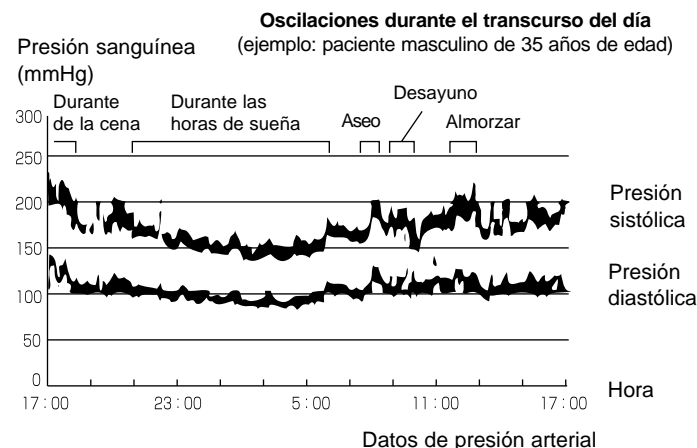
¿Cuáles son las causas de la hipertensión?

La presión arterial se considera elevada únicamente cuando sus valores no descienden durante el reposo. Existen varios factores que pueden provocar valores de la presión arterial constantemente elevados, p. ej. el endurecimiento de las arterias, el tabaco y el consumo excesivo de alcohol, así como el colesterol, una especie de grasa que se deposita en los vasos sanguíneos constriñéndolos. También el estrés puede contribuir a crear hipertensión.

Se tiene asimismo conocimiento de que la hipertensión es a veces hereditaria, por lo que sería recomendable que sus familiares más cercanos se sometieran a revisión si Ud. padece esta enfermedad.

Oscilaciones de la presión arterial

La presión arterial puede oscilar considerablemente, tanto durante el transcurso del día como dependiendo de la estación del año. Estas oscilaciones son aún más pronunciadas en el caso de pacientes que padecen de hipertensión. Habitualmente, la presión arterial asciende durante las horas de trabajo; los valores mínimos se alcanzan durante las horas de sueño.



¿Por qué es conveniente medir la presión arterial en casa?

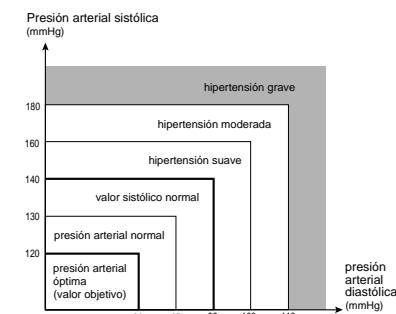
La medición de la presión arterial puede causar temor si es realizada por un médico, hecho que, a su vez, puede provocar un aumento de la presión arterial. Dado que existen numerosos factores que ejercen influencia en la presión arterial, una única medición podría resultar insuficiente en el momento de emitir un diagnóstico exacto.

La presión arterial, cuya medición ha sido realizada por la mañana inmediatamente después de levantarse, antes de la comida y en posición de reposo, es denominada presión arterial de reposo. En la práctica resulta bastante complicado registrar este tipo de presión arterial, sin embargo, es importante medir la presión bajo condiciones que se aproximen lo máximo posible a las arriba descritas.

Clasificación de la presión arterial, realizada por la Organización Mundial de la Salud

(OMS) y la Sociedad Internacional de Hipertensión (SHI), han desarrollado una clasificación de la presión arterial, presentada en el gráfico adjunto. Esta clasificación se basa en los valores de la presión sentada en los departamentos de los hospitales.

**No existe ninguna definición universal aceptada de la hipotensión. Sin embargo, aquellos que tienen la presión sistólica por debajo de 100mmHg se considera que padecen hipotensión.*



Según la clasificación de la presión arterial realizada por la OMS/SHI* (revisado en 1999) * SHI: Sociedad Internacional de Hipertensión.