

# EL SEGUIMIENTO DE SU PRESIÓN ARTERIAL EN CASA: COMO INTERPRETAR LOS RESULTADOS



## GUÍA PARA INTERPRETAR LAS RESULTADOS DE PRESIÓN ARTERIAL COMUNIQUE ESTOS RESULTADOS CON SU MEDICO REGULARMENTE

Categoría de riesgo de la presión arterial	Sistólica #superior		Diastólica #inferior	Recomendaciones
Bajo	100	o	60	Consulte a su médico
Rango Deseado	100-135	y	60-85	
Hipertensión	135-180	o	85-110	Tome la presión arterial dos veces por día durante 3-7 días. Consulte a su médico si el promedio de las medidas sigue siendo elevado
Hipertensión severa	180	o	110	Consulte a su médico
Crisis hipertensiva	200	o	120	Tome la presión otra vez en un minuto. Si sigue elevada, consulte a su médico.

**Utah  
Million Hearts  
Coalition**



BROUGHT TO YOU BY  
UTAH'S PUBLIC HEALTH  
DEPARTMENTS



**My Life Check**  
Live Better With Life's Simple 7™

