

Automedición de la presión arterial (AMPA)

Según la Liga Mundial de Hipertensión Arterial, la AMPA es "la medición de la presión arterial (PA) realizadas fuera del consultorio (habitualmente en el domicilio) por personas que no son profesionales sanitarios, es decir, por los mismos pacientes o sus familiares."

Los valores de la PA obtenidos en la AMPA suelen ser inferiores para el mismo individuo a los medidos en la consulta, especialmente en los pacientes hipertensos. En los que tienen la PA normal en la consulta las diferencias son menores e incluso hasta un 30% presentan valores superiores con la AMPA (Ministerio de Sanidad y Consumo, 1996).

Algunas de las **VENTAJAS** de la AMPA pueden ser:

- Disminuye la aparición del fenómeno de "bata blanca" (aumento de la PA por una reacción de alerta en el inicio de la toma de la PA, que es más frecuente ante la presencia de un profesional sanitario, aunque también puede ocurrir en las tomas de la PA en el domicilio). Esto permite una mejor aproximación al diagnóstico de la Hipertensión Arterial (HTA).
- Informa mejor de los valores de la PA en las condiciones de vida habituales del paciente.
- Permite conocer el perfil tensional diurno (los cambios de la PA durante el día).
- Contribuye a la mejor evaluación del efecto de la medicación antihipertensiva.
- Puede ser de utilidad en el diagnóstico de la HTA resistente (que es aquella en que la PA se mantiene alta a pesar de cumplir bien el tratamiento y de estar tomando al menos 3 medicamentos para tratarla).
- Mejora el cumplimiento del tratamiento y facilita la implicación del paciente en el control de su HTA.

Como todo, también tiene algunos **INCONVENIENTES** como son:

- No hay un límite superior universalmente aceptado de PA normal tomada mediante la AMPA. Hasta que se disponga de más estudios, actualmente tanto las directrices de la European Society of Hypertension de 2010, como el VII Informe del National Joint Committee estadounidense de 2003, recomiendan considerar elevadas las cifras de PA promedio de las lecturas de varios días superiores a **135/85 mmHg**.
- No se ha establecido el número de medidas necesarias a realizar. Se aconseja que la frecuencia de las mediciones se adapte al estado de evaluación del paciente. Siguiendo las recomendaciones del Documento de Consenso Español para AMPA (Coca A, 2007) y de la European Society of Hypertension, 2010, se propone lo siguiente:
 - ✓ Uso de la AMPA **para el diagnóstico**: tomar la PA durante 3-7 días laborables por la mañana (entre las 6-9 horas) y por la tarde (entre las 18-21 horas) haciendo 2-3 medidas, separadas por 2-3 minutos, por la mañana y 2-3 por la tarde. En ambos casos antes de tomar medicamentos y de desayunar o cenar, respectivamente.
 - ✓ Uso de la AMPA **para el seguimiento** del paciente: elegir uno o dos días de la semana (preferentemente laborables) y hacer 2-3 medidas por la mañana (entre las 6-9 horas) y 2-3 medidas por la tarde (entre las 18-21 horas).
- Necesidad de utilizar aparatos validados clínicamente
- Coste elevado de los tensiómetros.

- Puede inducir a los pacientes a tomar decisiones con respecto al tratamiento sin contar con el/la médico/a.

Para la realización de la AMPA **se recomiendan los tensiómetros electrónicos automáticos (el inflado del manguito lo realiza un compresor) de tipo oscilométrico, que midan la PA en el brazo**. Se desaconsejan los aparatos de muñeca porque pueden dar lugar a importantes errores derivados de una posición incorrecta del brazo y del estado de flexión o hiperextensión de la muñeca. No se recomiendan los que toman la presión en el dedo, porque están muy influenciados por la posición y por el estado de la circulación periférica.

Las listas de aparatos recomendados para la AMPA cambian con frecuencia. Se puede obtener información actualizada sobre ellas en las siguientes direcciones electrónicas:

www.dableducational.com

www.bhsoc.org

Bibliografía:

FisterraSalud

Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEHLELHA).

Guía Española de Hipertensión Arterial 2005. Hipertensión 2005;22 Supl 2:1-84.

Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL Jr, et al.; Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. National Heart, Lung, and Blood Institute; National High Blood Pressure Education Program Coordinating Committee. Seventh report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. Hypertension. 2003;42(6):1206-52. PubMed PMID: 14656957 [Texto completo](#)
[Texto completo en español](#)

Coca A, Aranda P, Redón J. Diagnóstico, evaluación clínica, estratificación del riesgo cardiovascular global y bases generales del tratamiento del paciente hipertenso. En: Coca A, Aranda P, Redón J, editores. Manejo del paciente hipertenso en la práctica clínica. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2009. p. 4-79. ISBN-13: 978-84-7903-704-8.

Coca A, Bertomeu V, Dalfó A, Esmatjes E, Guillén F, Guerrero L, et al. Automedida de la presión arterial. Documento de Consenso Español 2007. Hipertensión. 2007;24(2):70-83. [Texto completo](#)

División JA, Artigao LM. Evaluación clínica de la hipertensión arterial. Medida de la presión arterial. En: de la Figuera M, Diogène E, Brotons C, editores. Hipertensión Arterial en Atención Primaria. Evidencia y práctica clínica. Badalona: Euromedice; 2006. p. 157-90. ISBN-13: 978-84-934482-9-5.

Grupo de trabajo de HTA de semFYC. Flores Becerra I, coordinadora. Automedida de la presión arterial en atención primaria. Sociedad española de Medicina de Familia y Comunitaria. Barcelona: Semfyc Ediciones; 2004. ISBN 13: 978-84-96216-29-7.

Mancia G, De Backer G, Dominiczak A, Cifkova R, Fagard R, Germano G, et al.; Management of Arterial Hypertension of the European Society of Hypertension; European Society of Cardiology. 2007 Guidelines for the Management of Arterial Hypertension: The Task Force for the Management of Arterial Hypertension of the European Society of Hypertension (ESH) and of the European Society of Cardiology (ESC). J Hypertens. 2007;25(6):1105-87. PubMed PMID: 17563527

Ministerio de Sanidad y Consumo/Asociación Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la hipertensión arterial. Control de la Hipertensión Arterial en España, 1996. Madrid: Internacional de Ediciones y Publicaciones, S.A.; 1996. ISBN-13: 978-84-7982-071-8.

O'Brien E, Asmar R, Beilin L, Imai Y, Mancia G, Mengden T, et al.; European Society of Hypertension Working Group on Blood Pressure Monitoring. Practice guidelines of the European Society of Hypertension for clinic, ambulatory and self blood pressure measurement. J Hypertens. 2005;23(4):697-701. PubMed PMID: 15775768

Parati G, Stergiou GS, Asmar R, Bilo G, de Leeuw P, Imai Y, et al.; ESH Working Group on Blood Pressure Monitoring. European Society of Hypertension practice guidelines for home blood pressure monitoring. J Hum Hypertens. 2010;24(12):779-85. PubMed PMID: 20520631

Pickering TG, Hall JE, Appel LJ, Falkner BE, Graves J, Hill MN, et al. Recommendations for blood pressure measurement in humans and experimental animals: part 1: blood pressure measurement in humans: a statement for professionals from the Subcommittee of Professional and Public Education of the

American Heart Association Council on High Blood Pressure Research. *Circulation*. 2005;111(5):697-716. PubMed PMID: [15699287](#) [Texto completo](#)

Rotaeche R, Aguirrezabala JR, Balagué L, Gorroñoigoitia A, Idarreta I, Mozo C, et al. *Guía de Práctica Clínica sobre Hipertensión Arterial (actualización 2007)*. Osakidetza. GPC. Vitoria-Gasteiz. 2008. ISBN: 978-84-691-3068-1. [Texto completo](#).

Self-measurement of blood pressure: a statement by the World Hypertension League. *J Hypertens*. 1988;6(3):257-61. PubMed PMID: [3361122](#)