



# HOJA INFORMATIVA DEL MES DE MEDICIÓN DE MAYO

**El Mes de Medición de Mayo se trata de una iniciativa de medición de la presión arterial a nivel mundial centrada en hacer hincapié en la necesidad de tomar un mayor grado de conciencia con respecto a la presión arterial**

**¿CUÁL ES EL  
OBJETIVO DEL MES  
DE MEDICIÓN DE  
MAYO?**

Nuestro objetivo es medir la presión arterial de la mayor cantidad de gente posible con el objeto de comprender la magnitud del problema. Así podremos demostrar a gobiernos de todo el mundo por qué es necesario que aumente el grado de conciencia pública al respecto y que nos proporcionen mejores servicios para la medición de la presión arterial y tratamientos.

**¿QUÉ IMPORTANCIA  
TIENE ESTO?**

A la presión alta, se la conoce como la "muerte silenciosa". Es el factor de riesgo n.º 1 que contribuye a la mortalidad mundial y la causa de muchas complicaciones cardiovasculares.

Pero es mucha la gente que ni siquiera sabe que tiene la presión alta.

**¿QUIÉNES PUEDEN  
PARTICIPAR?**

Buscamos voluntarios adultos mayores de 18 años, idealmente que no se hayan tomado la presión durante el último año. Pero si se la tomó, no se preocupe: igualmente puede participar.

**¿HAY ALGÚN  
RIESGO?**

No hay ningún tipo de riesgo. Por el contrario, usted se beneficiará si participa como uno de nuestros valiosos voluntarios, ya que sabrá cuál es su presión arterial y si precisa hacer algo al respecto.

**¿QUÉ PASA SI  
TENGO LA  
PRESIÓN ALTA?**

Si los resultados indican que su presión arterial es alta como para poner en peligro su salud, le aconsejaremos que se haga atender por su médico lo antes posible. Asimismo, le proporcionaremos información sobre la presión arterial y cómo empezar a bajar la presión con algunos cambios sencillos en sus hábitos de vida.

**ALGO TAN SIMPLE COMO TOMARSE LA  
PRESIÓN PUEDE SALVARLE LA VIDA**

## ¿CÓMO ES UNA MEDICIÓN?

Todo el procedimiento lleva solo entre 10 y 15 minutos.

**Consentimiento:** Primero, le pediremos que nos dé su consentimiento para participar. Le responderemos todas las preguntas que tenga y nos aseguraremos de que entienda qué conlleva su participación.

**Información:** A continuación, ingresaremos una serie de datos en una aplicación que hemos desarrollado para este proyecto, o bien tomaremos nota de estos datos para cargarlos más tarde. Entre los datos que le pediremos, está su país, ciudad, cuándo fue la última vez que se tomó la presión, su sexo, si está tomando medicación para la presión arterial en este momento, si sufre de diabetes, fuma tabaco o consume alcohol. También le preguntaremos si alguna vez sufrió un infarto o accidente cerebrovascular.

**Medición:** Después, le pondremos en el brazo el manguito de un tensiómetro y le pediremos que permanezca sentado sin moverse durante cinco minutos. Tomaremos 3 mediciones de la presión arterial sistólica y diastólica, y el ritmo cardíaco; y registraremos los resultados.

## ¿QUÉ HACEN CON MIS DATOS DESPUÉS?

Los datos recopilados se utilizarán para estudiar e investigar el problema de la presión arterial alta. Toda la información que recopilamos se mantendrá en el anonimato: no se registrará ni su nombre ni ninguna otra información que pudiera identificarlo de forma individual.

## QUIÉN LO ORGANIZA?

Esta iniciativa está coordinada por la International Society of Hypertension y cuenta con el apoyo de la World Hypertension League. Estas dos entidades aúnan esfuerzos y se valen de la ayuda voluntaria de profesionales de la salud con miras a tomarles la presión a la mayor cantidad posible de adultos del mundo en el marco de una campaña que se lleva a cabo del 1 al 31 de mayo. Las mediciones se llevan a cabo de acuerdo con todas las normas éticas nacionales e internacionales. Esta campaña también se hizo posible gracias al apoyo de nuestros generosos colaboradores. Visite el sitio [www.maymeasure.com/supporters](http://www.maymeasure.com/supporters).

## CÓMO AVERIGUO LOS RESULTADOS?

Los únicos resultados que obtendrá son los de la presión arterial que le tomamos como parte de esta medición. Si desea conocer los resultados de toda la encuesta, diríjase a [www.maymeasure.com](http://www.maymeasure.com). Los resultados finales se anunciarán cuando termine el análisis.



# [www.maymeasure.com](http://www.maymeasure.com)

#checkyourpressure