

La importancia del monitoreo de la presión arterial en personas con diabetes



La presión arterial es la fuerza que la sangre ejerce contra las paredes de las arterias cuando el corazón la bombea. Conocer cuáles son sus niveles de presión arterial, puede alertarle sobre la necesidad de modificar hábitos para prevenir accidentes cerebrovasculares (derrame), reducir los riesgos de otras condiciones de salud y prolongar los años de vida.

Monitoreo de la presión arterial

El monitoreo de la presión arterial es importante para mantener su presión saludable. Mayormente, tener una presión alta o elevada no presenta síntomas, por lo que se recomienda que verifique su presión arterial en el hogar con un monitor doméstico, tomando dos o tres lecturas con un minuto de diferencia y registrando los resultados cuando se realice. Visite a su médico para que le oriente sobre cómo controlar su presión arterial.

Cardiopatía diabética y cómo afecta el corazón

La cardiopatía diabética significa enfermedades del corazón en personas que tienen diabetes. Con el tiempo, los niveles altos de glucosa en la sangre podrían dañar los vasos sanguíneos y los nervios que controlan el corazón. Las personas con diabetes tienen mayor probabilidad de tener otros problemas de salud que aumentan el riesgo de presentar enfermedades cardíacas. También, las personas con diabetes tienen mayor probabilidad de presentar insuficiencia cardíaca. Esta es una afección grave del corazón, lo que significa que su corazón no pueda bombear sangre de manera eficaz. Un diagnóstico y tratamiento a tiempo pueden ayudar a mejorar los síntomas y retrasar complicaciones en la salud.

Consulte con su médico:

Si tiene antecedentes familiares de enfermedades del corazón.

Sobre su historial clínico que incluye síntomas y otras condiciones de salud.

Sobre exámenes de sangre para conocer el riesgo de enfermedades del corazón, niveles de colesterol, triglicéridos y azúcar en sangre.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica 1-844-347-7801
TTY/TDD 1-844-347-7804
APS Health 787-641-9133

Referencias

<https://www.goredforwomen.org/es/health-topics/high-blood-pressure/understanding-blood-pressure-readings/monitoring-your-blood-pressure-at-home>
<https://medlineplus.gov/spanish/diabeticheartdisease.html>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Revisado en diciembre 2024.
©First Medical Health Plan, Inc.