

# Qué hacer con las lecturas de su Presión Arterial



**Zona Amarilla: Precaución**  
 Contacte a su médico o a la oficina de salud.



**Zona Roja: Emergencia**  
 Busque atención médica de inmediato.

## Números de Contacto

Proveedor de cuidado de la salud:	TIEMPO DE DÍA	FUERA DE HORAS
Línea de llamada de enfermera o clínica:		
Línea de contacto de emergencia:		



### Zona Verde Bien | Hipertensión Controlada

Rangos de la Presión Arterial **Menos de 140**  
**Menos de 90**

**Síntomas:** No tiene síntomas

**Qué hacer:** Continúe revisando su presión arterial y monitoree cualquier síntoma.



### Zona Amarilla Precaución | Tome Acción

Rangos de la Presión Arterial **140-159**  
**91-109**

**Debe tomar acción, si:** el número superior está elevado, el número inferior está elevado o si tiene síntomas.

**Qué hacer:** Llame a la oficina de su médico de salud y comuníquese su lectura de presión y si tiene síntomas.



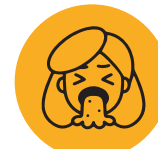
Dolor en la parte superior derecha del vientre o en el hombro



Dolor de cabeza que no se alivia



Ve puntos o luces intermitentes, tiene visión borrosa o sensibilidad a la luz



Siente náusea o tiene vómitos



Hinchazón en: rostro/manos/piernas



### Zona Roja Emergencia | ¡Tome Acción!

Rangos de la Presión Arterial **160 o más**  
**110 o más**

**Debe tomar acción, si:** el número superior está elevado, el número inferior está elevado o si tiene síntomas.

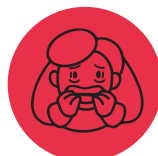
**Qué hacer:** ¡Esto es una emergencia! ¡Busque atención médica de inmediato!



Dolor en la parte superior derecha del vientre o en el hombro



Dolores de cabeza que no se alivian con medicamentos sin receta



Aumento en la ansiedad y sentimientos de desaliento



Dificultad seria para respirar



¡Si nota que cualquier síntoma de la zona amarilla está empeorando!



XXX copias de este documento fueron impresas con un costo total de \$XXX o \$XXX por cada una (XX/XX)

Este proyecto o esta publicación está apoyada por la Administración de Recursos de Salud y Servicios (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EEUU. (HHS) como parte de una subvención de un total de \$10,216,885 con 0% por ciento de financiación de fuentes no gubernamentales. El contenido es del autor o autores y no necesariamente representa la posición oficial ni está patrocinado por la HRSA, el HHS o el gobierno de EE.UU.

UNC SCHOOL OF MEDICINE  
 Pediatrics, Obstetrics and Gynecology

Collaborative for Maternal and Infant Health

# Qué hacer con las lecturas de su Presión Arterial



**Zona Amarilla: Precaución**  
 Contacte a su médico o a la oficina de salud.



**Zona Roja: Emergencia**  
 Busque atención médica de inmediato.

## Números de Contacto

Proveedor de cuidado de la salud:	TIEMPO DE DÍA	FUERA DE HORAS
Línea de llamada de enfermera o clínica:		
Línea de contacto de emergencia:		



### Zona Verde Bien | Hipertensión Controlada

Rangos de la Presión Arterial **Menos de 140**  
**Menos de 90**

**Síntomas:** No tiene síntomas

**Qué hacer:** Continúe revisando su presión arterial y monitoree cualquier síntoma.



### Zona Amarilla Precaución | Tome Acción

Rangos de la Presión Arterial **140-159**  
**91-109**

**Debe tomar acción, si:** el número superior está elevado, el número inferior está elevado o si tiene síntomas.

**Qué hacer:** Llame a la oficina de su médico de salud y comuníqueles su lectura de presión y si tiene síntomas.



Dolor en la parte superior derecha del vientre o en el hombro



Dolor de cabeza que no se alivia



Ve puntos o luces intermitentes, tiene visión borrosa o sensibilidad a la luz



Siente náusea o tiene vómitos



Hinchazón en: rostro/manos/piernas



### Zona Roja Emergencia | ¡Tome Acción!

Rangos de la Presión Arterial **160 o más**  
**110 o más**

**Debe tomar acción, si:** el número superior está elevado, el número inferior está elevado o si tiene síntomas.

**Qué hacer:** ¡Esto es una emergencia! ¡Busque atención médica de inmediato!



Dolor en la parte superior derecha del vientre o en el hombro



Dolores de cabeza que no se alivian con medicamentos sin receta



Aumento en la ansiedad y sentimientos de desaliento



Dificultad seria para respirar



¡Si nota que cualquier síntoma de la zona amarilla está empeorando!



XXX copias de este documento fueron impresas con un costo total de \$XXX o \$XXX por cada una (XX/XX)

Este proyecto o esta publicación está apoyada por la Administración de Recursos de Salud y Servicios (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (HHS) como parte de una subvención de un total de \$10,216,885 con 0% por ciento de financiación de fuentes no gubernamentales. El contenido es del autor o autores y no necesariamente representa la posición oficial ni está patrocinado por la HRSA, el HHS o el gobierno de EE.UU.



SCHOOL OF MEDICINE  
 Pediatrics, Obstetrics and Gynecology

Collaborative for Maternal and Infant Health