

APÊNDICE X – Monitoramento Residencial da Pressão Arterial - MRPA

Nome: _____				
DIA	HORÁRIO	VALORES - MANHÃ	HORÁRIO	VALORES - NOITE
1º DIA ____/____/____	____:____	Medida 1:	____:____	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
2º DIA ____/____/____	____:____	Medida 1:	____:____	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
3º DIA ____/____/____	____:____	Medida 1:	____:____	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
4º DIA ____/____/____	____:____	Medida 1:	____:____	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
5º DIA ____/____/____	____:____	Medida 1:	____:____	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:

INSTRUÇÕES

- Efetuar 3 (três) medidas de manhã, antes da tomada dos medicamentos e antes do desjejum, e 3 (três) medidas à noite, antes do jantar, com intervalos de 1 minuto entre cada medida;
- Antes das medidas, deve-se esvaziar a bexiga, ficar pelo menos 5 minutos em repouso e estar 30 minutos sem fumar, sem ingerir cafeína ou bebida alcoólica e sem ter praticado exercícios físicos;
- Não utilizar roupas apertadas no braço no momento da medição;
- No momento da medição, ficar na posição sentada, em sala confortável, costas apoiadas e braço colocado sobre uma mesa com a palma da mão voltada para cima;
- Colocar o manguito no braço ao nível do coração;
- Durante a medição, não se movimentar, permanecer imóvel, relaxado, pernas descruzadas e não falar;
- Anotar o horário e o valor de cada medida.

Farmacêutico Responsável