

Proporcionado por

**Navigate**



## Dónde controlarlo:

### **Monitor en casa**

Los monitores de presión arterial en casa son asequibles y fáciles de usar.

### **Farmacia local**

La mayoría de las farmacias locales tienen dispositivos para medir la presión arterial disponibles.

### **Consultorio médico**

Hable con su médico sobre cualquier lectura de presión arterial elevada que se haya tomado entre visitas.

Su actividad de bienestar

## Tómese la presión arterial

Tómese la presión arterial. Utilice un monitor de presión arterial en casa o visite su farmacia local para obtener una lectura actualizada. Si su presión arterial está elevada, programe una cita con su proveedor de atención médica para evaluar los pasos a seguir.



Insurance | Risk Management | Consulting