

Una *app* para la presión arterial cumple por primera vez los protocolos internacionales

En la actualidad existen numerosas aplicaciones para dispositivos electrónicos que permiten al usuario medir su propia presión arterial y frecuencia cardíaca, sin embargo, solo una de ellas, QardioArm, cumple los principales protocolos internacionales que validan aparatos creados para este fin. Una investigación en la que participa la Universidad Complutense de Madrid determina que esta *app* es válida y fiable y que, además de mejorar el conocimiento del paciente, supone un ahorro para los servicios sanitarios.



Muestra del dispositivo para el brazo y el resultado en la *app*. /Victoria Mazoterías.

UCC-UCM, x de febrero | La aplicación QardioArm permite a los pacientes medir su presión arterial y frecuencia cardíaca con fiabilidad al cumplir los protocolos internacionales de validación según una investigación llevada a cabo por la Universidad Complutense de Madrid y la Universidad Rey Juan Carlos.

De esta forma, sujetos con las características analizadas, como adultos de 48 a 56 años, con un IMC entre 25 y 29, no embarazada y sin arritmia cardíaca o problemas vasculares pueden estar seguros de que esa información que reciben de forma instantánea en sus pantallas cumple los estándares de la Sociedad Europea de Hipertensión.

“Si el paciente tiene mejor controlada su presión arterial gracias a estas tecnologías, repercute tanto en él como en las intervenciones por parte del personal sanitario”, destaca Victoria Mazoterías, enfermera e investigadora de



la [facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología de la UCM](#) y una de las autoras del estudio publicado en *JMIR Mhealth Uhealth*.

“QardioArm es un sistema de medición no invasivo concebido para medir de forma automática la presión arterial sistólica y diastólica de un adulto, así como la frecuencia cardíaca”, define la experta.

Entre las numerosas ventajas que tienen este tipo de aplicaciones para el paciente, Mazoterías señala la reducción de niveles de presión arterial respecto a la atención clínica habitual, el acceso de 24 horas a la información, una mejor adherencia al tratamiento y un mayor conocimiento para los pacientes de cuál debería ser su estilo de vida y qué factores la ponen en riesgo.

Un respiro para el personal sanitario

Para su funcionamiento, se coloca un manguito inflable alrededor de la parte superior del brazo, y este se conecta de forma inalámbrica a través del Bluetooth con un dispositivo (móviles, teléfonos, relojes o tabletas) que tenga descargada la *app* gratuita Qardio.

En la pantalla de los dispositivos aparecen las instrucciones del proceso y las cifras de las tres constantes tras la medición, así como elementos gráficos y visuales para interpretar los datos fácilmente.

“Además, los resultados quedan registrados, permitiendo consultar las tendencias y gráficas, realizar seguimiento, configurar recordatorios y notificaciones, o compartir las mediciones y progresos al instante”, explica Mazoterías.

No solo el paciente se beneficia de las ventajas de la *app*, también el personal sanitario “al evitar un tratamiento hipertensivo innecesario, reducir el número de visitas a la consulta clínica y permitir a los profesionales controlar y retroalimentar de forma remota el estado del paciente”, añade la investigadora de la UCM.



Referencia bibliográfica: Mazoterías Pardo V, Losa Iglesias ME, López Chicharro J, Becerro de Bengoa Vallejo R. “The QardioArm App in the Assessment of Blood Pressure and Heart Rate: Reliability and Validity Study”. *SJMIR Mhealth Uhealth* 2017; 5 (12): e198. DOI:10.2196/mhealth.8458



¿Alguna duda o sugerencia? Si quieres comentar esta información, te responderemos en nuestro correo uccucm@ucm.es o en nuestras redes sociales.