



Promosalud es la iniciativa de promoción de la salud bucal y general de **SEPA** para facilitar la detección precoz desde la consulta dental del riesgo de padecer **diabetes** o **hipertensión arterial**.

Estas recomendaciones están avaladas por las Sociedades científicas de Cardiología, Diabetes, Hipertensión y Periodoncia.

¿A qué personas podemos aplicar Promosalud?

Personas con posible riesgo de Hipertensión Arterial

*2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines, Hypertension 2020; 25(1):14-1927



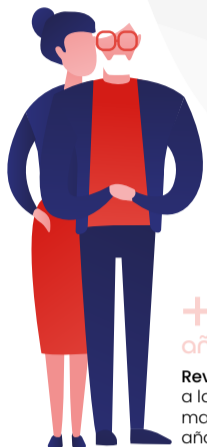
18 años

Primer control a las personas de 18 años



19-39 años

Entre los 19 y los 39 años, **revisión cada 3-5 años**, según sus factores de riesgo. **La revisión debe ser anual**, si padece presión arterial alta o presenta sobrepeso

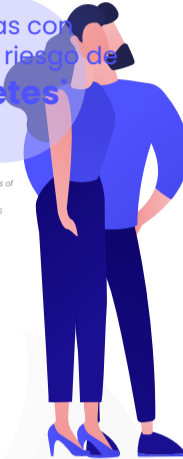


+40 años

Revisión anual a las personas mayores de 40 años

Personas con posible riesgo de Diabetes

*American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes-2022. Diabetes Care 2022;45 (Suppl 1)



+45 años

Aplicar **cada 3 años**. Aplicar **cada año** si hay factor de riesgo
Sedentarismo, Antecedentes diabetes familiar 1º grado, Antecedentes enfermedades cardiovasculares, Diabetes gestacional previa Hipertensión arterial



Personas con **sobrepeso/obesidad**

Aplicar **cada año** a personas de cualquier edad



Mujer que **planea embarazo** con sobrepeso/obesidad

Valoración **previa**

¿Cuándo se debe aplicar Promosalud?



¿Qué hacer con los resultados de Promosalud?



Recomendaciones

Recomendaciones para registrar la presión arterial

Niveles de presión arterial (mm Hg)

Categoría	Sistólica (mm Hg)	Diastólica (mm Hg)
PA normal	<130	<85
PA normal elevada	130-139	85-89
HTA Grado 1	140-159	90-99
HTA Grado 2	≥160	≥100



Evitar fumar, tomar café y el ejercicio durante los 30 minutos previos



Vejiga vacía en el momento del registro



Permanecer sentado y relajado durante 3-5 minutos previos al registro



Tomar la presión arterial en una **habitación tranquila con temperatura agradable**



Ni el paciente ni el personal **deben hablar antes y durante las mediciones**



El paciente debe estar sentado con la espalda apoyada en silla, las piernas sin cruzar y los pies apoyados en el suelo. **El brazo del registro debe descansar sobre la mesa con la mitad del brazo a la altura del corazón**

Recomendaciones para registrar el riesgo de padecer diabetes

Realizar el test Findrisc

Valorar estas ocho cuestiones



Edad



Actividad física



Consumo de frutas y verduras



Medicación para la hipertensión arterial



Valores previos de glucosa elevados



Antecedentes familiares de diabetes



Índice de Masa Corporal (IMC)



Medida del perímetro de cintura

Si el resultado de Findrisc es **≥12 puntos**, medir la hemoglobina glicada

Cómo medir la hemoglobina glicada



1 En el propio sillón dental mediante **punción capilar**



2 Se desinfecta el pulpejo del dedo y **se obtiene una pequeña gota de sangre** mediante una lanceta



3 Posteriormente, **se procesa la gota** mediante un sistema portátil y desechable estandarizado

Interpretación de los resultados de la medición de hemoglobina glicada (%)

