

## ORIENTAÇÕES AO PACIENTE

### EXAME – MRPA

O MRPA é a monitoração da pressão arterial em domicílio. O protocolo consiste na obtenção de 3 (três) medições pela manhã, antes do desjejum e da medicação e, três a noite antes do jantar, durante 5 (cinco) dias ou, duas medições em cada um desses horários, por sete dias. Tudo depende da orientação médica!

#### > OBSERVAÇÕES!

- **Chegar 10 (dez) minutos antes do horário agendado para realizar o seu registro.**
- Se atentar as explicações da equipe de enfermagem em como proceder para a monitoria.
- 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.
- Efetuar duas medidas em cada horário, com intervalos de 1 minuto entre as duas medidas.
- Anotar o horário e o valor de cada medida.

DIA	HORÁRIO	VALORES - MANHÃ	HORÁRIO	VALORES - NOITE
DIA 1 _/_/_	_ : _	Medida 1:	_ : _	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
DIA 2 _/_/_	_ : _	Medida 1:	_ : _	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
DIA 3 _/_/_	_ : _	Medida 1:	_ : _	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
DIA 4 _/_/_	_ : _	Medida 1:	_ : _	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:
DIA 5 _/_/_	_ : _	Medida 1:	_ : _	Medida 1:
		Medida 2:		Medida 2:
		Medida 3:		Medida 3:

#### Endereço da clínica:

Rua Carlos Martins, nº 586 - Jardim Camburi, Vitória/ES.CEP: 29.090-060

Ponto de referência: Ao lado do laboratório Cremasco (antigo Deomar Bittencourt) em frente a lanchonete Top Food

Caso tenha alguma dúvida, estamos à disposição!