

6 lugares donde guardar su monitor de presión arterial

Coloque el monitor en cualquiera de estos seis lugares para que le resulte más fácil recordar tomarse la presión arterial:



En la mesita de noche

Haga un pausa para medir sus valores antes de irse a dormir.



En la mesa de la cocina

Mida sus valores antes de comer.



Junto al control remoto

Relájese y mida sus valores mientras mira la TV.



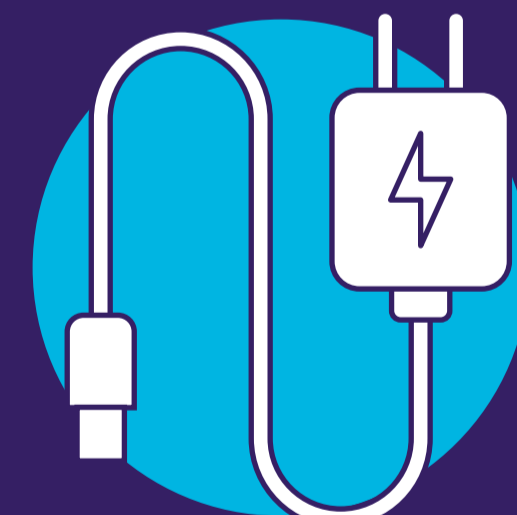
En su oficina

Mida sus valores al mediodía en su escritorio.



En la mesa de la sala de estar

Siéntese para relajarse y medir sus valores.



Cerca del cargador de su teléfono

Conecte su teléfono y haga una pausa para medir sus valores.