



# promosalud

Una iniciativa de **Sepa.**

Con el apoyo de **DENTAID**  
Expertos en Salud Bucal

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

# Sepa.

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;75:1524-1557



**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?

### Primera Visita

Explicar todo lo relacionado con el procedimiento

### Segunda Visita

Realizar Promosalud

Paso 1



**Historia clínica odontológica y médica**  
En la historia clínica deben quedar registrados y actualizados los factores de riesgo: **Tabaquismo, Consumo de alcohol, Actividad física, Nivel de estrés y Dieta**

Paso 2



**Registro de la presión arterial** mediante tensiómetro manual o digital homologado. Valorar posible arritmia mediante pulso radial

Paso 3



**Evaluar el riesgo de diabetes**  
Aplicar el test Findrisc

Paso 4 (si procede/opcional)



**Medición de hemoglobina glicada HbA1c**



## 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 (opcional)

\* Test de validación de riesgo de desarrollar diabetes tipo 2

### Cómo medir la hemoglobina glicada

- En el propio sillón dental mediante **punción capilar**
- Se desinfecta el pulpejo del dedo y **se obtiene una pequeña gota de sangre** mediante una lanceta
- Posteriormente, **se procesa la gota** mediante un sistema portátil y desechable estandarizado

**NOTA:** este parámetro se debe medir con medidor de hemoglobina glicosilada específico o bien derivar al médico de Atención Primaria para la realización de un análisis de sangre (no se puede usar para esta medición un glucómetro convencional)

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

