

Oximetría nocturna en el hogar

¿En qué consiste?

La **oximetría nocturna en el hogar** es una prueba para monitorear y registrar el nivel de oxígeno sanguíneo mientras usted duerme durante la noche en casa. En esta prueba se coloca en el dedo una pinza con un sensor de oxígeno; esta pinza se conecta a una máquina llamada **oxímetro**. El oxímetro mide y registra la frecuencia cardíaca y el nivel de oxígeno transportado por la sangre (**la saturación de oxígeno**).

¿Por qué la necesito?

Hay dos razones comunes por las que el médico podría recomendar la oximetría nocturna en el hogar:

- **Como parte de una evaluación inicial para detectar apnea obstructiva del sueño (AOS, u OSA por sus siglas en inglés) y para determinar la urgencia de una consulta.** La AOS es una condición en la que la respiración se reduce o se detiene brevemente mientras usted duerme. Cuando esto sucede, el nivel de oxígeno sanguíneo puede bajar, lo cual será medido y registrado por el oxímetro. Para mayor información sobre esta enfermedad, consulte la hoja informativa sobre la Apnea Obstructiva del Sueño (AOS).
- **Para evaluar la necesidad de iniciar, continuar o aumentar el oxígeno en el hogar debido a varias condiciones.**

¿Qué sucede antes de la prueba?

- 1 Obtención del equipo.** Es posible que la clínica le envíe el equipo que usted necesita, o tal vez usted tenga que recogerlo con un proveedor de equipo médico doméstico. El equipo incluye:
 - Un **oxímetro** (la máquina que registra el nivel de oxígeno en la sangre). Algunos oxímetros se llevan en la muñeca, como un reloj, mientras que otros son una unidad separada.
 - Un **sensor de oxígeno** en forma de pinza que se coloca en el dedo, y el cable que lo conecta al oxímetro.



La oximetría nocturna en el hogar mide y registra el nivel de oxígeno sanguíneo mientras usted duerme. Esta foto muestra un ejemplo de un tipo de oxímetro de casa.

- Un folleto o documento que se utiliza para registrar cuándo se inicia y se detiene la prueba, y en qué momento usted se quita la pinza del dedo para levantarse durante la noche.
- 2 Preparación el día de la prueba.** En general, el médico querrá que usted siga su rutina diaria normal. Pregunte si debe tomar sus medicamentos habituales.
 - Si usted utiliza oxígeno, el médico le indicará si debe usarlo durante la prueba.
 - 3 Preparación para ir a la cama.** Prepárese para irse a la cama a su hora habitual, siguiendo estos pasos adicionales:
 - Colóquese el sensor de oxígeno. La mayoría de las veces, éste será una pinza que se coloca en el dedo. El sensor se puede colocar en cualquier mano y en cualquier dedo, excepto el pulgar. Para comprobar que el sensor funciona bien, quítese el esmalte de uñas o uña artificial del dedo en el que se colocará la pinza. Introduzca su dedo hasta el fondo de la pinza, sin plegar el revestimiento interior.

- **Conecte y fije el cable.** Conecte el cable al oxímetro. Para evitar que la pinza se le caiga del dedo, puede fijar el cable al dedo mediante cinta adhesiva o una curita. (No apriete la cinta demasiado).
- **Encienda el oxímetro.** Algunos oxímetros se encienden automáticamente al conectarlos; otros también tienen un botón de encendido que es necesario presionar. Al encenderse el oxímetro, en la pantalla deberá aparecer la fecha, hora y otra información. Tome nota de la hora.

¿Qué sucede durante la prueba?

- **Trate de dormir como de costumbre.** Deje el equipo encendido toda la noche.
- **El oxímetro muestra y registra** tanto la saturación de oxígeno (O2 SAT) como el ritmo cardíaco.
- **Si se levanta durante la noche,** puede llevar el oxímetro consigo o desconectar el cable, dejando el oxímetro junto a la cama. Si desconecta el cable, recuerde volverlo a conectar cuando regrese a la cama, y tomar nota de la hora.

- **Si el sensor le irrita el dedo,** cámbielo de dedo. Tome nota de la hora a la que hace esto.
- **Si suele utilizar oxígeno y siente que le falta el aire,** póngase el oxígeno de nuevo y continúe la prueba. Anote este cambio, incluyendo la hora.

¿Qué sucede después de la prueba?

- Cuando se despierte por la mañana, apague el oxímetro y quítese la pinza. Anote la hora.
- No quite las pilas del aparato, ya que esto borraría los resultados.
- Devuelva el equipo y la información que usted anotó, siguiendo las instrucciones de su médico.
- Acuda a la cita de seguimiento con su médico, según se lo hayan indicado, para obtener los resultados y discutir los siguientes pasos. Es posible que usted deba someterse a pruebas adicionales para confirmar el diagnóstico de apnea del sueño y evaluar el tratamiento.

Cómo hablar con sus proveedores de servicios de salud acerca de la oximetría en el hogar

La siguiente tabla muestra los beneficios y riesgos potenciales más comunes, así como las alternativas a la oximetría en el hogar. Es posible que haya otros beneficios y riesgos que apliquen a su situación médica particular. Lo más importante para aprender sobre sus riesgos y beneficios es hablar con su proveedor de servicios de salud. No olvide preguntar cualquier duda que tenga.

Posibles beneficios	Riesgos y posibles complicaciones	Alternativas
<ul style="list-style-type: none"> • Permite evaluar su necesidad de oxígeno en el hogar con base en varias condiciones. • Puede ser un primer paso en la detección de una enfermedad llamada apnea obstructiva del sueño (AOS, u OSA por sus siglas en inglés). • Ofrece la comodidad de estar en casa. 	<p>La oximetría en el hogar es segura. Los únicos problemas posibles son daños al equipo y la posibilidad de obtener resultados inadecuados:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si usted apaga el oxímetro en la noche y olvida encenderlo de nuevo, no obtendrá los resultados de una noche completa. Si le quita las pilas al aparato, se borrarán los resultados. • La prueba no proporciona toda la información necesaria para diagnosticar la apnea del sueño u otras condiciones. • Si se le cae el oxímetro (especialmente en agua), se puede dañar. 	<p>Otras pruebas del sueño incluyen pruebas con monitores portátiles multicanal, y una prueba que dura toda la noche, llamada polisomnografía (PSG), la cual normalmente se lleva a cabo en un laboratorio de sueño. La PSG se considera la mejor prueba para diagnosticar la AOS y elegir el mejor tratamiento.</p>