

Siga cuidándose: use un medidor de oxígeno para dedo

¿Qué es un medidor de oxígeno para dedo?

Un medidor de oxígeno para dedo es un pequeño dispositivo que mide los niveles de oxígeno en la sangre. Puede ser muy útil cuando alguien se aísla debido a el COVID-19. El COVID-19 puede provocar una infección en los pulmones, lo que puede disminuir los niveles de oxígeno en su sangre antes de que usted se dé cuenta. Esto puede ser peligroso.



Puede hacer un seguimiento de sus niveles de oxígeno usando diario un medidor de oxígeno para dedo. Si sus niveles de oxígeno bajan, debe buscar ayuda médica de inmediato.

¿Cómo uso mi medidor de oxígeno para dedo?

Encienda el dispositivo. Meta su dedo índice a la mitad del medidor de oxígeno. Espere a que la pantalla muestre un número.

Si la pantalla no muestra un número, intente con otro dedo (que no sea el pulgar). Asegúrese de que su dedo no esté húmedo ni frío. Es posible que los medidores de oxígeno no funcionen cuando los dedos están fríos o húmedos, o con esmalte de uñas.

¿Puedo usar el medidor de oxígeno para dedo para mis hijos?

No recomendamos usar el medidor de oxígeno para dedo en niños menores de 14 años. Vigile de cerca a sus hijos y comuníquese con el médico si parecen enfermos o si su respiración empeora (tos, falta de aire o dificultad para respirar).

¿Cómo leo los números de la pantalla?

Su medidor de oxígeno muestra dos números: Para la mayoría de las personas, un nivel normal de oxígeno es **superior a 94 %**. Los niveles de oxígeno pueden cambiar según la actividad, posición corporal y bienestar general de una persona.

Llame al 911 si su nivel de oxígeno es **inferior a 90 %**.



Consejos para monitorear su nivel de oxígeno durante el aislamiento

Para su seguridad, recomendamos que se mida los niveles de oxígeno todos los días.



Monitoreo con su médico habitual: Si tiene un médico habitual de atención primaria que pueda recibir llamadas o correos electrónicos diario,

envíele sus niveles de oxígeno. Si no tiene un médico habitual de atención primaria y desea tener uno, llame al 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692) para programar una cita.

