



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Instrucciones para la prueba de apnea del sueño en el hogar Alice NightOne (HSAT)

En esta información se explica cómo utilizar un dispositivo Alice NightOne para la prueba de apnea del sueño en el hogar (HSAT). Alice NightOne es un dispositivo médico con sensores que se utiliza para diagnosticar la apnea obstructiva del sueño (OSA).

Información sobre el dispositivo Alice NightOne y los sensores

Su proveedor de cuidados de la salud le dará un estuche con todo lo que necesita para la prueba de apnea del sueño en el hogar. El estuche contendrá lo siguiente:

- Un **dispositivo Alice NightOne**. Dispositivo rectangular que llevará un registro de la posición del cuerpo (como cuando esté acostado boca arriba, de costado o boca abajo). También guardará toda la información de su prueba de apnea del sueño.
- Un **cinturón de esfuerzo**. Un cinturón que usará alrededor del pecho. Medirá qué tan duro están trabajando los pulmones.

Un extremo del cinturón de esfuerzo ya debería estar conectado al dispositivo Alice NightOne.

- Una **cánula nasal**. Sonda delgada y flexible que colocará debajo de la nariz. Medirá la cantidad de aire que respira y registrará sus ronquidos.
- Un **oxímetro de pulso**. Cable con un sensor de goma gris que colocará en el dedo. Medirá el pulso, el flujo sanguíneo y la cantidad de oxígeno en la sangre. El oxímetro de pulso ya debería estar conectado al dispositivo Alice NightOne.
- **Baterías AA**. Solo deberá usarlas si las baterías dentro del dispositivo Alice NightOne dejan de funcionar.

El estuche también tendrá un manual de usuario y una guía de inicio rápido. Siga las instrucciones de seguridad en el manual de usuario. No moje el dispositivo Alice NightOne ni los sensores.

Información sobre los iconos del dispositivo Alice NightOne

La parte superior del dispositivo Alice NightOne tiene 4 iconos que se iluminarán para brindarle información.

- Los iconos del cinturón de esfuerzo, la cánula nasal y el oxímetro de pulso (véase la figura 1) brindan información sobre los sensores.



Figura 1. Iconos del cinturón de esfuerzo, la cánula nasal y el oxímetro de pulso

- Si estos iconos están en verde, significa que los sensores están conectados y funcionan adecuadamente.
 - Si uno de estos iconos parpadea en amarillo, significa que el sensor debe conectarse o ajustarse. Puede llevar unos segundos para que el icono cambie de amarillo a verde después de que conecte o ajuste un sensor.
- El indicador de estudio correcto (véase la figura 2) puede indicarle qué cantidad de los datos de la prueba de apnea del sueño en el hogar tiene buena calidad. También le dirá cuando el dispositivo Alice NightOne se esté encendiendo o apagando. Las 4 partes del indicador de estudio correcto se pueden iluminar por separado.



Figura 2. El indicador de estudio correcto

Información sobre el botón del usuario

El botón del usuario es el botón redondo en la parte de adelante del dispositivo Alice NightOne. No es necesario que lo use durante su prueba de apnea del sueño en el hogar si no lo desea.

Si quiere, puede usar el botón del usuario para lo siguiente:

- Hacer que los iconos de los sensores se iluminen. Puede hacerlo durante su prueba de apnea del sueño en el hogar para comprobar que los sensores estén conectados y funcionen adecuadamente.
- Finalizar su prueba de apnea del sueño en el hogar y mostrar el indicador de estudio correcto. Puede hacerlo en la mañana para controlar cuántos datos de buena calidad se recopilaron. Para obtener más información, lea la sección “Control de buena calidad” casi al final de este recurso.

Cómo ponerse los sensores

Su proveedor de cuidados de la salud le mostrará cómo ponerse los sensores. También le ajustará el cinturón de esfuerzo. Use las instrucciones en esta sección para recordar cómo ponerse los sensores en casa.

La noche de la prueba de apnea del sueño en el hogar, use una prenda holgada (como una camiseta). Cuando esté listo para irse a dormir, póngase los sensores como se indica a continuación. Póngaselos mientras esté parado o sentado, no acostado.

Cinturón de esfuerzo

1. Envuelva el cinturón de esfuerzo alrededor del pecho de modo que el dispositivo Alice NightOne esté en el centro del pecho

(véase la figura 3). El cinturón de esfuerzo debe quedar de manera pareja sobre los pezones o sobre el pecho. El cinturón debería estar ajustado, pero no demasiado.

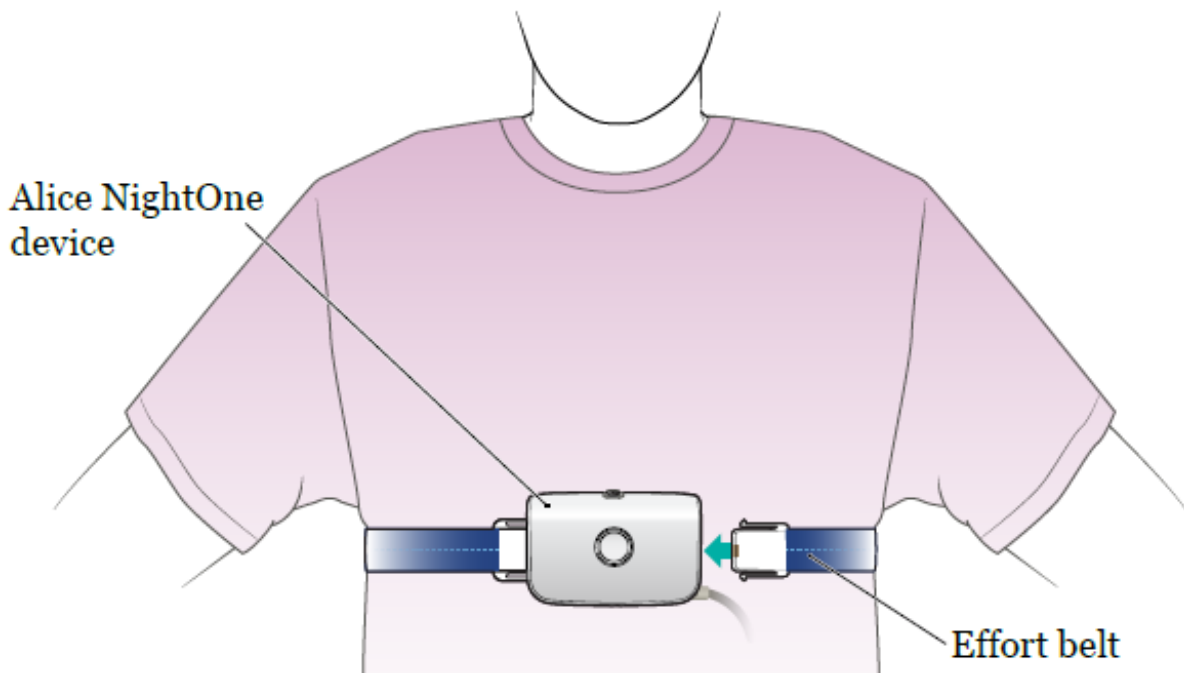


Figura 3. Cinturón de esfuerzo alrededor del pecho

2. Conecte el extremo suelto del cinturón de esfuerzo al dispositivo Alice NightOne (véase la figura 3). Después de conectar el cinturón de esfuerzo, el indicador de estudio correcto parpadeará en verde cuando el dispositivo se encienda de forma automática y comience a grabar.
3. Cuando el dispositivo esté encendido, aparecerá el icono del cinturón de esfuerzo. Probablemente la luz amarilla parpadeará. Use la hebilla del cinturón de esfuerzo para ajustar el cinturón de modo que quede ajustado, pero no incómodo (véase la figura 4).

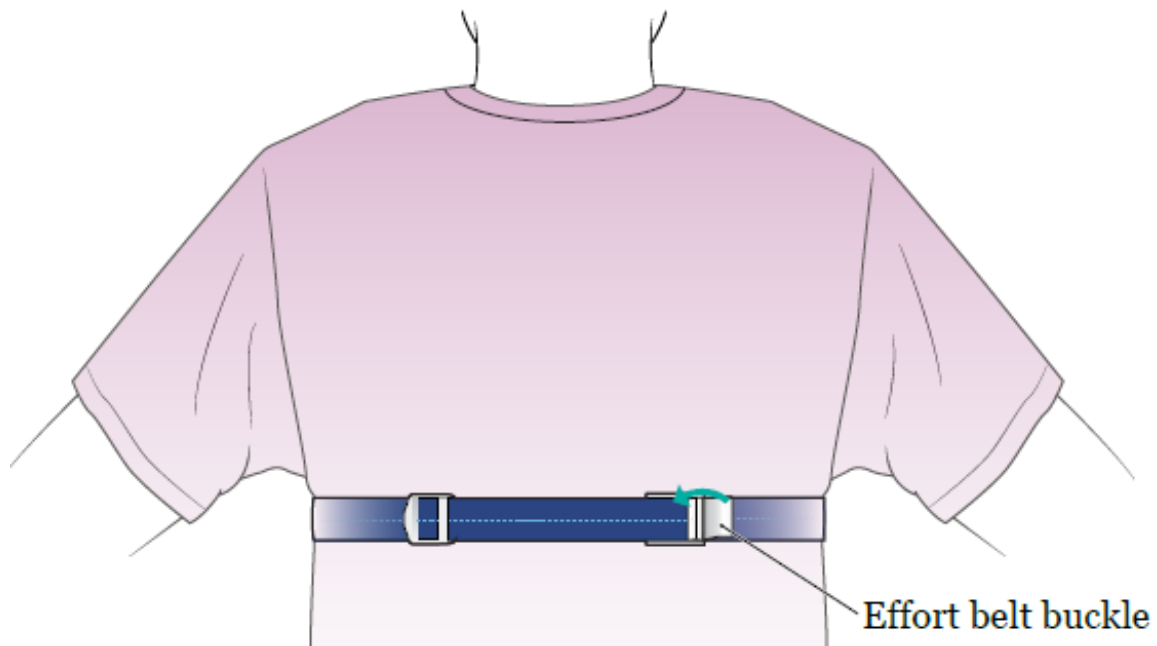


Figura 4. Use la hebilla para ajustar el cinturón de esfuerzo

4. Respire hondo varias veces con el cinturón ajustado. El icono del cinturón de esfuerzo en el dispositivo debería ponerse verde. Si no es así, verifique la posición y el ajuste del cinturón. Luego, respire hondo algunas veces más y revise el icono nuevamente.

Cuando el icono del cinturón de esfuerzo se vuelva verde, póngase la cánula nasal. Como recordatorio, aparecerá el icono de la cánula nasal.

Cánula nasal

1. Gire la cánula en sentido horario (hacia la derecha) para conectarla a la parte superior del dispositivo Alice NightOne (véase la figura 5).

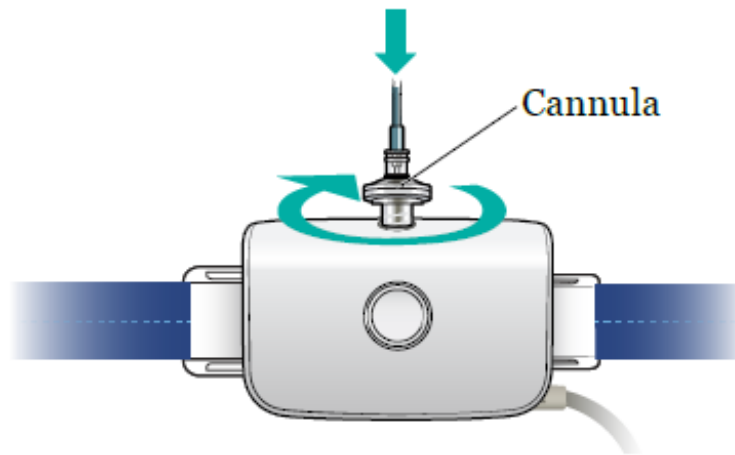


Figura 5. Conecte la cánula nasal

2. Sostenga la sonda de la cánula nasal en frente de la cara. Verifique que las puntas de la sonda se curven ligeramente hacia usted. Luego, coloque suavemente las puntas en la nariz (véase la figura 6). Una punta debe entrar en cada fosa nasal.
3. Pase la sonda de la cánula nasal sobre cada una de las orejas y debajo de la barbilla. Mueva el control deslizante en la sonda hacia arriba para que quede ajustado debajo de la barbilla (véase la figura 7).

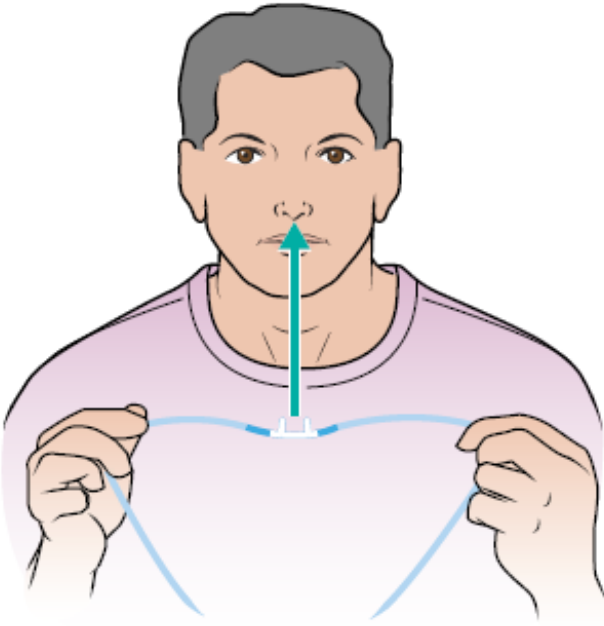


Figura 6. Coloque las puntas de la cánula nasal en la nariz



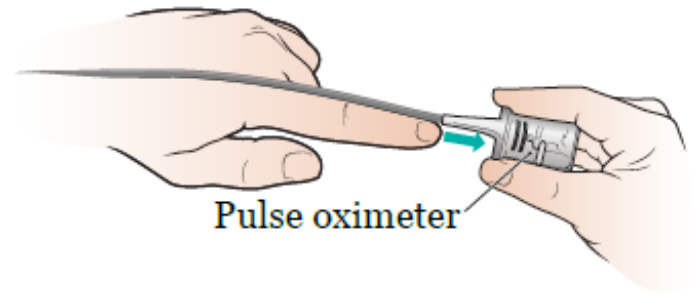
Figura 7. Pase la sonda sobre las orejas y ajuste el control deslizante

4. Respire hondo varias veces con la cánula nasal en su lugar. El icono de la cánula nasal en el dispositivo debería ponerse verde. Si no es así, asegúrese de que las puntas estén dentro de las fosas nasales. Respire por la nariz durante 10 segundos, luego verifique nuevamente el icono.

Cuando el icono de la cánula nasal se vuelva verde, póngase el oxímetro de pulso. Como recordatorio, aparecerá el icono del oxímetro de pulso.

Oxímetro de pulso

1. Póngase el sensor de goma en uno de los dedos índices (véase la figura 8).



- El oxímetro de pulso solo funciona sobre una uña natural y limpia. Si tiene uñas postizas o usa esmalte de uñas, quíteselos antes de ponerse el oxímetro de pulso.

Figura 8. Póngase el oxímetro de pulso en el dedo

- Coloque el sensor de manera que el cable pase por el dorso de su mano.

2. Respire hondo varias veces con el oxímetro de pulso en su lugar. El icono del oxímetro de pulso debería ponerse verde. Si no es así, verifique la posición del sensor. Asegúrese de que esté seguro en su lugar. Luego, respire hondo algunas veces más y revise el icono nuevamente.

Cómo comenzar la prueba de apnea del sueño en el hogar

Una vez que todos los sensores estén conectados y funcionen correctamente, los 3 iconos del sensor y el indicador de estudio correcto estarán en verde de manera continua. Después de

aproximadamente un minuto, los iconos comenzarán a apagarse uno por uno. Cuando todos los iconos se hayan apagado, el dispositivo Alice NightOne estará listo. Ahora puede irse a dormir.

Durante la prueba, puede dormir en su posición habitual (como boca arriba, de costado o boca abajo). Deje el dispositivo y los sensores Alice NightOne encendidos toda la noche, incluso si se levanta para usar el baño o por cualquier otro motivo. Si alguno de los sensores se desliza o se mueve durante la noche, vuelva a ponérselos. No es necesario detener la prueba.

Cómo terminar la prueba de apnea del sueño en el hogar

Para terminar la prueba de apnea del sueño en el hogar, apague los sensores y desconéctelos del dispositivo Alice NightOne. El dispositivo se apagará automáticamente.

Guarde el dispositivo Alice NightOne y los sensores en el estuche. Devuelva el estuche, el dispositivo y los sensores a Memorial Sloan Kettering (MSK), de donde lo retiró. Tendrá una cita para devolverlos.

Control de buena calidad

Si lo desea, puede verificar cuántos datos de buena calidad recopiló el dispositivo Alice NightOne durante la prueba. Solo hágalo por la mañana después de terminar la prueba. Siga las

instrucciones a continuación:

1. Mantenga presionado el botón del usuario hasta que el indicador de estudio correcto parpadee. Esto quiere decir que el dispositivo ya no está grabando.
2. Espere al menos 1 minuto.
3. Presione el botón del usuario brevemente (menos de 5 segundos). Luego, suelte el botón del usuario. Se mostrará el indicador de estudio correcto en la parte superior del dispositivo Alice NightOne.
 - Si las 4 partes del indicador de estudio correcto están en verde, el 100 % de los datos recopilados es de buena calidad.
 - Si 3 partes del indicador de estudio correcto están en verde, el 75 % de los datos recopilados es de buena calidad.
 - Si 2 partes del indicador de estudio correcto están en verde, el 50 % de los datos recopilados es de buena calidad.
 - Si solo 1 parte del indicador de estudio correcto está en verde, el 25 % de los datos recopilados es de buena calidad.

Detalles de contacto

Si tiene preguntas o inquietudes sobre la prueba de apnea del sueño en el hogar, llame al consultorio de Medicina del sueño (Sleep Medicine Office) al 212-639-4757. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 PM,

durante el fin de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000 y pida hablar con el proveedor de guardia.

Para obtener más recursos, visita www.mskcc.org/pe y busca en nuestra biblioteca virtual.

Instructions for Your Alice NightOne Home Sleep Apnea Test (HSAT) -
Last updated on February 18, 2020

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center