

LifeSource™

Your source for a lifetime of health



Felicitaciones. Acaba de comprar un monitor LifeSource, lo más avanzado en tecnología para medir la presión arterial y más fácil de usar entre los que se encuentran en el mercado. Este monitor LifeSource ha sido concebido para hacer que su régimen diario sea tanto útil como conveniente.

Los médicos están de acuerdo que el control diario de la presión arterial es una forma importante para permitir que individuos participen en mantener su salud cardiovascular y evitar las consecuencias graves de hipertensión no controlada.

LifeSource lleva más de 20 años fabricando productos de calidad para el cuidado de la salud. Puede estar seguro que estamos comprometidos a proporcionar a usted y su familia monitores específicamente diseñados para dar alta precisión y ser fáciles de emplear. LifeSource, su fuente para una vida saludable.

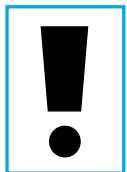
CONTENIDO



**SIGNIFICADO DE LOS SIMBOLOS QUE APARECEN
EN LA PANTALLA 3**

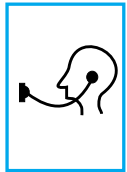
COMPONENTES DEL MONITOR 4

FUNCIONAMIENTO DEL 779 5



ANTES DE EMPEZAR 5

SELECCION DE LA MANGA CORRECTA 6



PARA MEDIRSE LA PRESION ARTERIAL 7 — 10

ACERCA DE LA MEMORIA 10



**VERIFICACION/AJUSTE DE LA VELOCIDAD
DE EXPULSION DE AIRE 11 — 12**



ACERCA DE LA PRESION ARTERIAL 13 — 15

REGISTRO DE LA PRESION ARTERIAL 16



INFORMACION IMPORTANTE 17


ESPECIFICACIONES 18



CON QUIEN COMUNICARSE 19



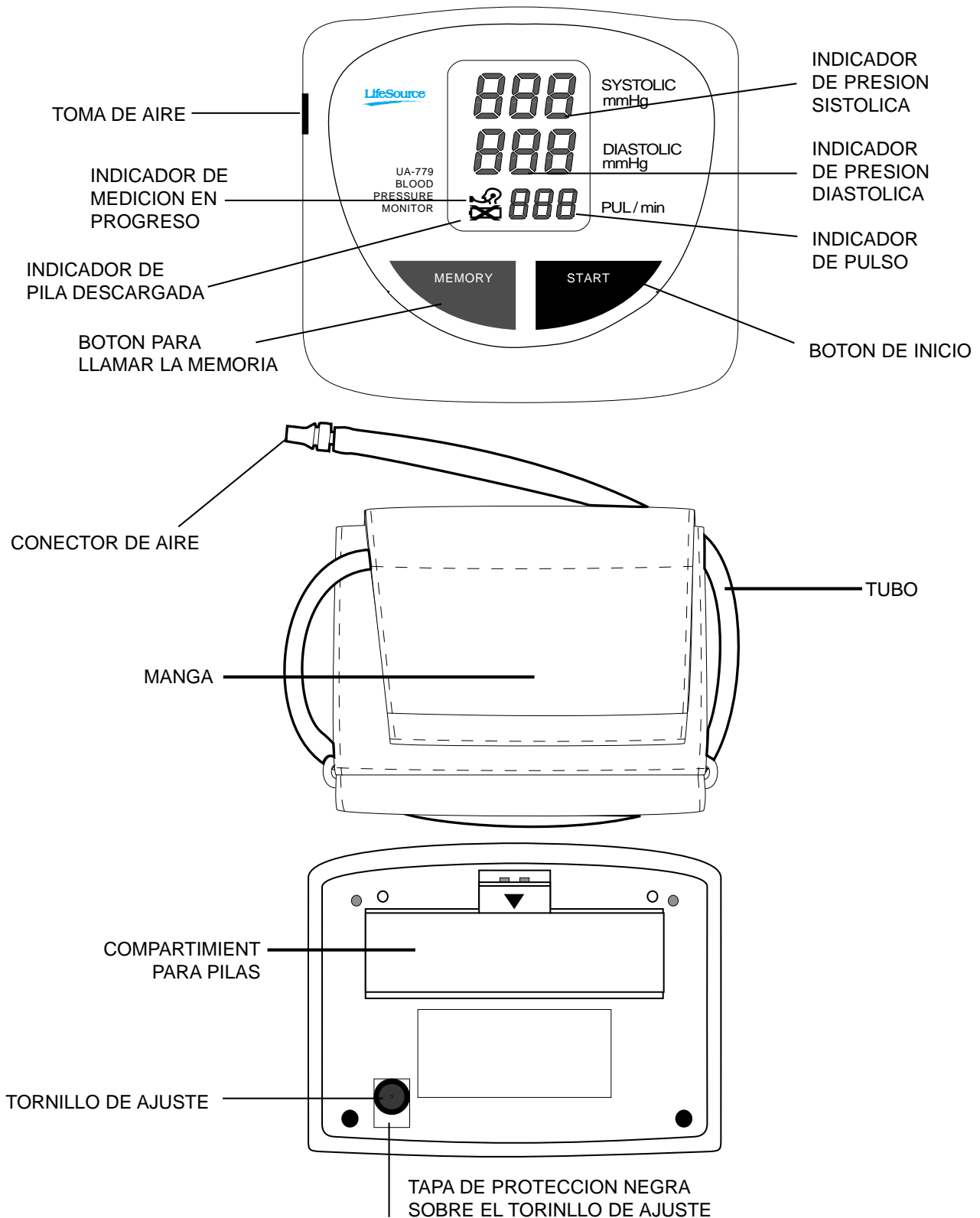
SIGNIFICADO DE LOS SIMBOLOS QUE APARECEN EN EL INDICADOR

Símbolo	Condición/ Causa	Medida que se recomienda tomar
 MEASUREMENT IN PROGRESS	Aparece mientras se está midiendo la presión arterial; destella y produce una señal auditiva cuando detecta el pulso.	Permanecer quieto y no hablar; se está midiendo la presión arterial.
	Medición anterior guardada en la memoria.	
 LOW BATTERY	La tensión de la pila es demasiado baja y el monitor no puede funcionar correctamente.	Reemplazar todas las pilas.
	Aparece si el valor de la presión arterial es inestable debido a movimientos durante la lectura.	Intentar tomar la presión nuevamente y permanecer muy quieto.
 CUFF ERROR	Es posible que el conector de aire no esté debidamente colocado en el dispositivo.	Volver a colocar el conector en la toma de aire.
	La manga no ha sido colocada correctamente en el brazo.	Colocar correctamente la manga en el brazo (remitirse a la página 7).
	No aparece nada en la pantalla.	Verificar que las pilas estén debidamente instaladas.

MONITEUR —  — TUYAU DU BRASSARD



MONITOR COMPONENTS





FUNCIONAMIENTO DEL 779

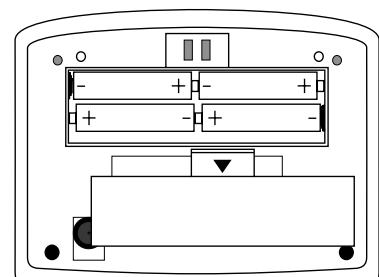
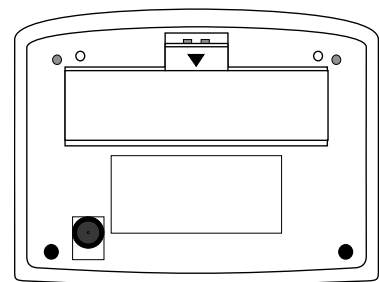
Los monitores de presión arterial LifeSource son fáciles de usar, precisos y muestran en forma digital la lectura total de la medida. Nuestra tecnología se basa en el “método oscilométrico”, una determinación no invasiva de la presión arterial. El término “oscilación” se refiere a cualquier medida de vibraciones causadas por el pulso arterial. Primero se infla la manga hasta que la arteria quede totalmente ocluida; luego, el monitor toma las medidas mientras se desinfla la manga. Nuestros monitores examinan la presión del pulso que genera la pared arterial a medida que se expande y contrae contra la manga con cada latido del corazón.

ANTES DE EMPEZAR



Antes de usarlo, se debe colocar 4 pilas de tipo AA (1,5 voltios) y conectar la manga al monitor. Para colocar las pilas (o para reemplazarlas si aparece el símbolo de "Pilas descargadas" en la pantalla), proceder de la siguiente manera:

1. Sacar la tapa del compartimiento para pilas presionando suavemente sobre la flecha y deslizando la tapa hacia adelante.
2. Colocar la hilera superior de pilas primero. Ponerlas en el compartimiento haciendo coincidir los terminales positivo (+) y negativo (-) con las marcas del compartimiento. Verifique que las pilas hagan contacto con los terminales del compartimiento.
3. Reponer la tapa deslizándola sobre el compartimiento y presionándola suavemente en su lugar.

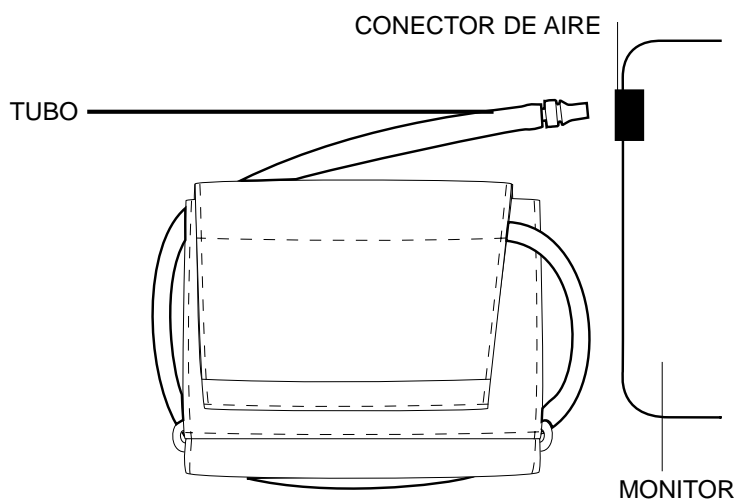


SELECCION DE LA MANGA CORRECTO



Para obtener una lectura precisa, es importante emplear la manga correcta, ya que una manga demasiado grande producirá lecturas inferiores a la presión arterial real y una demasiado pequeña dará lecturas más elevadas. Con el brazo relajado a lo largo del cuerpo, medir la circunferencia del mismo a la mitad entre el hombro y el codo.

TAMAÑO DEL BRAZO	TAMAÑO DE MANGA QUE SE RECOMIENDA	# DE MODELO DE MANGA DE REEMPLAZO
5,1" - 7,9" (13-20 cm)	Pequeño	UA-279
7,5" - 12,2" (19-31 cm)	Mediano	UA-280
11,8" - 17,7" (30-45 cm)	Grande	UA-281






Para conectar la manga, insertar el conector de aire del extremo del tubo de la manga en la toma de aire que se encuentra en el lado izquierdo del monitor. Si se cambia de tamaño de manga, es posible que se requiera ajustar también la velocidad de expulsión de aire (remitirse a la página 11).





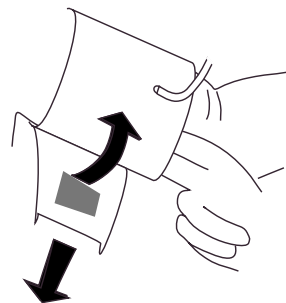
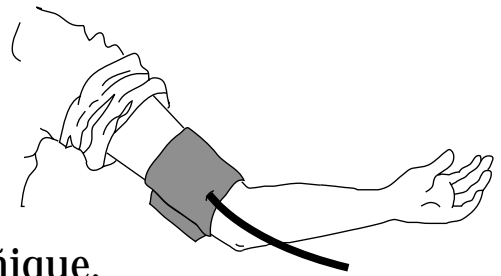
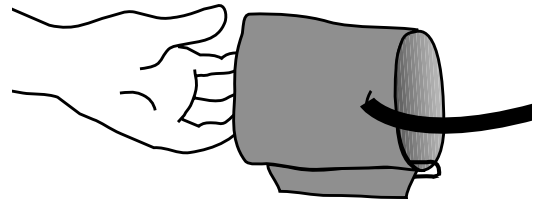
PARA MEDIRSE LA PRESION ARTERIAL

Consejos para medirse la presión arterial:

-  Relajarse durante unos 5 a 10 minutos antes de tomarse la presión.
-  Sacarse cualquier ropa ajustada y colocar la manga en el brazo desnudo.
-  A menos que el médico recomiende lo contrario, medirse la presión en el brazo izquierdo.

Ahora ya se está listo para proceder con estos simples pasos:

- 1.** Sentarse cómodamente con el brazo izquierdo descansando en una superficie plana de manera que el centro del brazo (entre el hombro y el codo) esté a la misma altura del corazón.
- 2.** Descansar el brazo izquierdo sobre la mesa con la palma de la mano hacia arriba y deslizar el extremo de la manga a través del ojal de metal cerciorándose que el lado plano quede hacia el brazo. Ahora, colocar el tubo más hacia el lado interior del brazo en línea con el meñique.
- 3.** Halar el extremo de la manga para apretarlo, doblar el exceso de tela hacia atrás y fijarlo con la tira de Velcro. La manga debería quedar apretado pero no demasiado. Se debería poder colocar dos dedos entre la manga y el brazo.



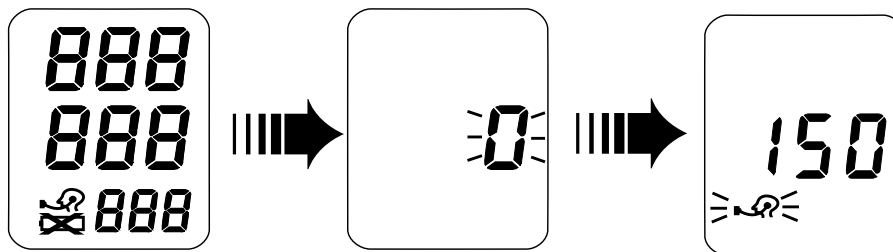
-  **IMPORTANTE:** Medirse la presión arterial a la misma hora todos los días.



PARA MEDIRSE LA PRESION ARTERIAL



4. Presionar el botón de inicio (START), permanecer tranquilo, sin hablar mientras la manga se infla al nivel correcto.
5. Si la presión sistólica es superior a 250 mmHg se deberá mantener presionado el botón de inicio (START) para inflar la manga hasta el nivel adecuado de 40 mmHg por encima de la presión sistólica usual. El máximo de presión de la manga ha sido fijado en 320 mmHg, si llega a este nivel, se activará la expulsión automática de aire y la manga se desinflará a una presión de cero.
6. Es normal que la manga se sienta muy apretado. Se verá que todos los símbolos de la pantalla aparecen brevemente. A medida que la manga se presuriza aparecerán cifras destellantes, comenzando con el cero. Una vez que la manga está totalmente inflado, destellará el símbolo MEDICION EN PROGRESO y se escuchará una señal auditiva con cada pulso.



NOTA: Si se desea interrumpir la inflación en cualquier momento, presionar el botón de inicio (START).



PARA MEDIRSE LA PRESION ARTERIAL

- Una vez terminada la medición, la pantalla muestra la lectura de la presión sistólica y diastólica, así como el pulso. Además, la manga se desinfla y el monitor se apaga después de unos minutos. También se puede apagar presionando el botón de inicio (START).
- Sacarse la manga y tomar nota de la presión arterial y frecuencia de pulso en el cuadro correspondiente (remitirse a la página 16), recordando anotar también la fecha y la hora de la medición.



PARA MEDIRSE LA PRESION ARTERIAL



Se recomienda anotar la fecha y hora después de cada medición porque un historial de presión arterial exacto no depende de una sola lectura ni de lecturas esporádicas sino del patrón que se desarrolla con el tiempo.

NOTA: Si desea medirse la presión nuevamente, relajarse y esperar 5 a 10 minutos para permitir que la sangre vuelva a fluir normalmente por el brazo. No es necesario esperar si otra persona desea emplear el monitor.

ACERCA DE LA MEMORIA

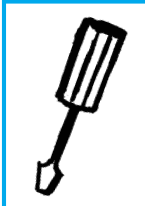
El detector de inflación avanzado automáticamente guarda en la memoria hasta siete mediciones de presión arterial y pulso.

Para mostrar dichas lecturas, seguir los siguientes pasos sencillos:

1. Con el monitor apagado, presionar el botón MEMORIA. La última medición tomada aparecerá en la pantalla junto con el símbolo **M**.
2. Presionar MEMORIA una vez más para ver cada medición anterior guardada en la memoria. La lectura más antigua está rotulada "No. 1".
3. Cuando se toma una nueva medición, se elimina la lectura más antigua de la memoria y la última se añade a la misma.

NOTA: Los datos guardados en la memoria se pierden si se sacan las pilas o si éstas están gastadas.





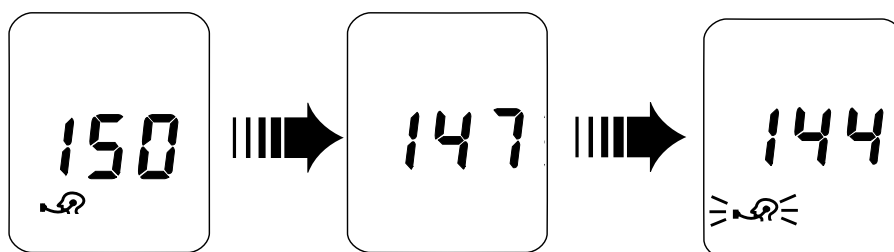
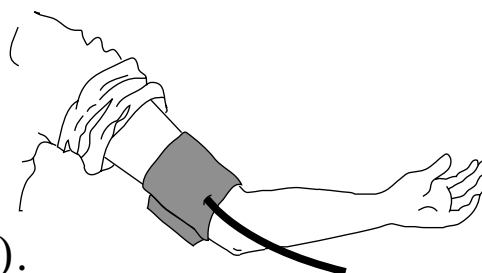
VERIFICACION/AJUSTE DE LA VELOCIDAD DE EXPULSION DE AIRE

La velocidad de expulsión de aire corresponde a la rapidez con la que se desinfla la manga durante la medición. Está predeterminada en fábrica y, por lo general, no es necesario hacer ajustes posteriores.

NOTA: La velocidad de expulsión de aire del monitor ha sido predeterminada y probada en fábrica para garantizar que tome medidas correctamente. La velocidad fijada depende del tamaño de la manga, no del brazo. Si se emplea una manga que no es el que se envía con el dispositivo, es posible que sea necesario ajustar la velocidad de expulsión del aire. No es necesario ajustar la velocidad de expulsión de aire cuando se cambia entre una manga de tamaño mediano a uno grande con válvula.

Para verificar la velocidad de expulsión de aire, proceder como sigue:

1. Ponerse la manga en el brazo.
2. Presionar el botón de inicio (START).
El dispositivo comenzará a medir la presión.
3. Observar la pantalla mientras la manga se desinfla. Cuando aparezca el símbolo MEDICION EN PROGRESO, las cifras deben disminuir en incrementos de 2 a 5 mmHg.



VERIFICACION/AJUSTE DE LA VELOCIDAD DE EXPULSION DE AIRE

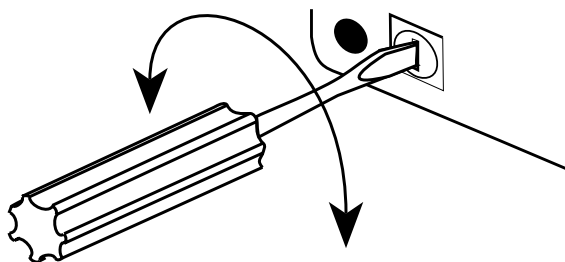


Si la velocidad de expulsión de aire no está entre 2 y 5 mmHg, realizar los siguientes ajustes habiendo apagado antes el dispositivo:

1. Con la punta de la uña, sacar el disco de plástico negro delgado que cubre el tornillo de sujeción. De no estar el disco en su lugar, proceder con el paso 2.



2. Con un pequeño destornillador, hacer girar el tornillo de ajuste aproximadamente 45 grados hacia la derecha (para aumentar la velocidad de expulsión) o a la izquierda (para disminuirla).



3. Repetir la prueba hasta que la velocidad de expulsión de aire esté entre 2 y 5 mmHg.

NOTA: Una vez que el monitor ha sido ajustado al nuevo tamaño de manga, no se debería necesitar hacer ningún ajuste posterior a menos que se cambie de tamaño de manga nuevamente.





ACERCA DE LA PRESION ARTERIAL

■ ¿Qué es la presión arterial?

Es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias. La presión sistólica es aquella que ocurre cuando el corazón se contrae, mientras que la diastólica cuando éste se expande. La presión arterial se mide en milímetros de mercurio (mmHg).

■ ¿Qué afecta la presión arterial?

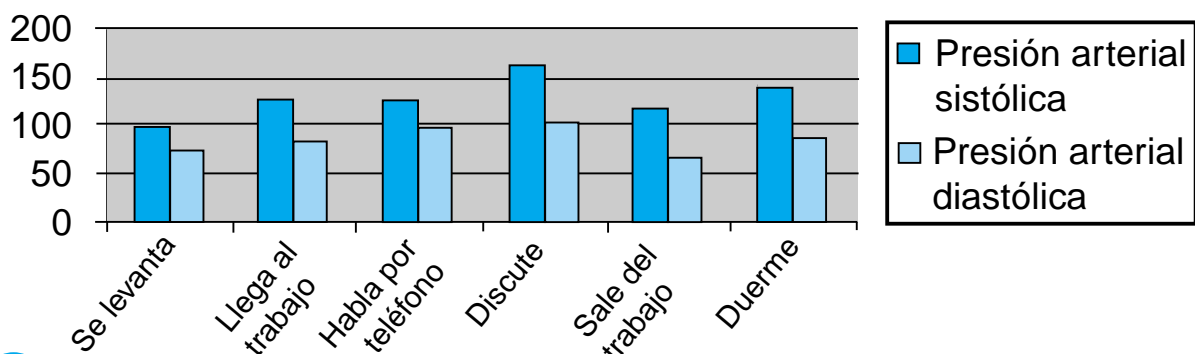
Ésta se ve afectada por muchos factores: edad, peso, hora del día, nivel de actividad, clima, altura y estación del año. Algunas actividades pueden alterar considerablemente la presión arterial. Caminar, por ejemplo, puede elevar la presión sistólica de 12 mmHg y la diastólica de 5,5 mmHg. Cuando uno duerme, la presión arterial sistólica puede disminuir de hasta 10 mmHg. El medirse la presión arterial varias veces sin esperar de 5 a 10 minutos entre mediciones, o sin levantar el brazo para permitir que la sangre fluya nuevamente hacia el corazón, también puede afectar los resultados.

Además de estos factores, las bebidas dietéticas que contienen cafeína o alcohol, algunos medicamentos, la tensión emotiva y hasta a ropa ajustada puede alterar la lectura de la presión arterial.

■ ¿Qué causa variaciones en la presión arterial?

La presión arterial de una persona varía considerablemente entre un día y otro, y de una estación del año a otra. En personas hipersensibles, estas variaciones son aún más pronunciadas. Normalmente, la presión arterial se eleva cuando uno trabaja o juega y disminuye a sus niveles más bajos cuando uno duerme.

Fluctuación durante el día (caso: hombre de 35 años de edad)



ACERCA DE LA PRESION ARTERIAL



■ Evaluación de la presión arterial

Los Institutos Nacionales de Salud JNCVI han establecido las siguientes normas para evaluar la presión arterial (sin consideración de la edad).

Categoría	Sistólica (mmHg)	Diastólica (mmHg)
Óptima	<120	<80
Normal	<130	<85
Normal alta	130 - 139	85 - 89
Hipertensión		
Fase 1	140 - 159	90 - 99
Fase 2	160 - 179	100 - 109
Fase 3	≥180	≥110

■ ¿Qué es la hipertensión?

Hipertensión o presión arterial alta es el diagnóstico que se da cuando los resultados constantemente son superiores a lo normal. Es bien sabido que la hipertensión, si no se trata, puede causar ataques cerebrales, ataques cardiacos u otras enfermedades. Con frecuencia denominada “el asesino silencioso” porque no siempre produce síntomas que alertan a la persona de que existe un problema, la hipertensión se puede tratar cuando se diagnostica a tiempo.

■ ¿Se puede controlar la hipertensión?

En muchas personas, la hipertensión se puede controlar alterando el estilo de vida y reduciendo el estrés, así como con medicamentos apropiados recetados y controlados por el médico. La American Heart Association recomienda seguir los siguientes consejos sobre el estilo de vida para evitar o controlar la hipertensión:

- No fumar
- Reducir el consumo de sal y grasas
- Mantener un peso adecuado
- Hacer ejercicios regularmente
- Hacerse chequeos médicos con regularidad
- Controlar la presión arterial periódicamente





ACERCA DE LA PRESION ARTERIAL

■ ¿Por qué medirse la presión arterial en casa?

Es ahora muy bien sabido que, para muchas personas, cuando la presión arterial se mide en el consultorio de un médico o en un hospital, los resultados pueden ser más altos debido a la aprensión y ansiedad que sienten. Esta respuesta se conoce comúnmente como “la hipertensión del blusón blanco”. Una forma para determinar si éste es el caso para una persona en particular, es que la persona lleve el monitor al consultorio del médico y, antes que éste o la enfermera le tome la presión arterial, hacerlo uno mismo con el monitor personal y comparar el resultado con el registro que se lleva en casa.

En todo caso, el medirse la presión arterial en casa complementa las lecturas del médico y proporciona una historia más precisa y completa sobre la presión arterial de la persona. Además, estudios clínicos han demostrado que se mejora la detección y tratamiento de la hipertensión cuando los pacientes tanto consultan a su médico como controlan su propia presión arterial en casa.

■ ¿Cómo registrar la propia presión arterial?








Los resultados de la presión arterial por lo general se anotan indicando primero la presión sistólica, seguida de una barra oblicua y la presión diastólica. Por ejemplo, 120 mmHg de presión sistólica y 80 mmHg de diastólica se escriben como 120/80. El pulso simplemente se escribe con la letra “P” seguida por la frecuencia del mismo, por ejemplo, P 72.





INFORMACION IMPORTANTE

Leer esta información importante antes de emplear el monitor.

-  Recordar que sólo un practicante de medicina está calificado para interpretar los resultados de la toma de presión arterial. Este dispositivo no se debe emplear para sustituir exámenes médicos regulares.
-  El médico debe ver cómo la persona emplea este dispositivo. Además, éste querrá comprobar la presión arterial antes de recetar o cambiar la receta de medicamentos.
-  Consultar al médico si se tiene alguna duda acerca de los resultados obtenidos. Si ocurrieran problemas mecánicos, comunicarse con LifeSource.
-  No intentar reparar, calibrar ni componer este dispositivo.
-  Debido a que el monitor UA-779 contiene piezas delicadas de alta precisión, se debe evitar exponerlo a extremos de temperatura o humedad, así como a la luz solar directa, a golpes y al polvo. LifeSource garantiza la precisión de este dispositivo únicamente cuando se guarda y emplea dentro de las gamas de temperatura y humedad que se indican en la página 18.
-  Limpiar el monitor y manga con un paño suave seco o con un paño humedecido con agua y detergente suave. Nunca se debe usar alcohol, benceno, diluyente ni otros productos químicos fuertes para limpiar el monitor o la manga.
-  Sacar y reemplazar las pilas si el monitor no se usa durante más de **seis meses**.

PRECAUCIONES

El UA-779 ha sido concebido para ser usado en el hogar, por personas de 18 o más años de edad, para medir la presión arterial (sistólica y diastólica) y la frecuencia del pulso. Este monitor no ha sido concebido para medir la presión arterial de personas con arritmias comunes, tales como latidos prematuros arteriales o ventriculares, ni fibrilación del atrio. No ha sido concebido para uso ambulatorio.



ESPECIFICACIONES



Modelo	UA-779
Tipo	Oscilométrico
Indicador	Digital, altura de los caracteres Presión (15,5)/pulso (10 mm) que aparecen simultáneamente
Memoria	7 lecturas
Gama de medidas	Presión: 20 mmHg a 280 mmHg Pulso: 40 a 200 pulsos/minuto
Exactitud	Presión: ± 3 mmHg o 2%, lo que sea mayor Pulso: $\pm 5\%$
Presurización	Automática con microbomba
Despresurización	Automática a velocidad constante
Fuente de energía	4 pilas alcalinas tipo AA (1,5 voltios) no incluidas
Vida útil de las pilas	Aproximadamente 4 meses con una medición diaria
Ámbito de funcionamiento	50 a 104° F (10 a 40° C) Menos de 85% de humedad relativa
Ámbito de almacenaje	-4 a 158° F (-20 a 70° C) Menos de 95% de humedad relativa
Dimensiones	Largo: 4,9" (125 mm) Ancho: 5,6" (142 mm) Altura: 2,9" (74 mm)
Peso	10,6 onzas (300 g) sin pilas

Las mediciones de la presión arterial que toma el UA-779 son equivalentes a las que obtiene un observador capacitado usando el método de oscultación de manga y estetoscopio dentro de los límites prescritos por el American National Standards Institute para esfigmomanómetros electrónicos u automáticos.





CON QUIEN COMUNICARSE

Nuestros productos han sido diseñados y fabricados empleando los más avanzados métodos científicos y tecnológicos; como tales ofrecen un control fácil de emplear en el hogar y por ende, opciones de tratamiento. La línea de productos comprende:

- Kits aneroides para medir la presión arterial
- Mangas para medir la presión arterial
- Monitores digitales de presión arterial
- Termómetros digitales
- Estetoscopios

Este producto de LifeSource está cubierto por una garantía vitalicia. Para más detalles, referirse a la tarjeta de garantía.

Para más información respecto al uso, cuidado o reparaciones del monitor de presión arterial, comunicarse con:

LifeSource

Una división de A&D Engineering, Inc.

1555 McCandless Drive

Milpitas, CA 95035

EE.UU.

Línea médica de LifeSource (sin cargos): 1-888-726-9966

www.LifeSourceOnline.com

Residentes de Canadá, comunicarse con:

Auto Control Medical

206A boul. Brunswick

Pointe-Claire, Quebec

H9R 5P9 Canadá

AutoControl (sin cargos): 1-800-461-0991

