

## Comienza a Monitorear tu Nivel de Glucosa en Sangre

Tu proveedor de atención médica te recomendó que **monitorees el nivel de glucosa (azúcar) en sangre en casa**. Monitorear la glucosa en sangre es sencillo con la aplicación de apoyo a la maternidad. Se ofrece a través de tu clínica de obstetricia y funciona con la tecnología de Wildflower. Desde la aplicación, tu defensor de la salud de Wildflower puede enviarte las lecturas de glucosa en sangre a tu clínica de obstetricia.

### Acerca del dispositivo

El medidor que recibiste lleva un registro de tu glucosa en sangre, además de la fecha y la hora de la medición. Revisa el manual de instrucciones incluido en tu paquete. Aquí encontrarás información sobre cómo utilizar este dispositivo y los suministros incluidos.

**Siempre sigue los consejos de tu proveedor al usar este dispositivo.**

### Acerca del sistema de registro de la glucosa de la aplicación de apoyo a la maternidad

El **Monitor de glucosa** de la aplicación de apoyo a la maternidad te proporciona un lugar donde guardar tus lecturas de glucosa en sangre y te indica qué hacer si tienes una lectura alta o baja. Por otra parte, permite que tu defensor de la salud de Wildflower Health haga un monitoreo de las lecturas entre tus citas.

**Confirma que estás utilizando la aplicación que te proporcionó tu proveedor.** La aplicación llevará el nombre de la clínica donde recibes atención prenatal. [Haz clic aquí para encontrar tu aplicación de maternidad.](#)

### Instrucciones si usas el medidor de glucosa en sangre ARKRAY GLUCOCARD SHINE CONNEX

Sigue los pasos a continuación para sincronizar tus mediciones por Bluetooth con el Monitor de glucosa:

1. Asegúrate, desde la configuración del teléfono, **que esté activado Bluetooth**.
  - Coloca el teléfono junto al dispositivo.
  - Asegúrate de que la aplicación Wildflower tenga permiso para usar Bluetooth y la ubicación del dispositivo.
    - Para iPhone y iPad: Configuración > Privacidad > Bluetooth > Activar para la aplicación
    - Para Android: Configuración > Aplicaciones > Seleccionar aplicación > Permisos > Permitir
2. En la **aplicación recomendada por tu proveedor**,
  - Toca **Monitorear**.
  - Abre el **Monitor de Glucosa en Sangre**.
  - Si es la primera vez que lo abres, toca **Comienza a monitor**.
3. **Empareja el medidor de glucosa** con tu aplicación presionando el símbolo de flecha derecha ">" en el medidor de glucosa.
  - Presiona hasta que veas el símbolo de Bluetooth "**bT**" y "**send**" (enviar) parpadeando en la pantalla.
  - Luego, en el monitor de glucosa de la aplicación, toca **Sincronizar medición** y luego **Pair (emparejar)** en la ventana emergente.
  - En el dispositivo, presiona el botón central para seleccionar "**Si**" y finalizar el emparejamiento.
  - Una vez conectado, aparecerá "Connex XXXX" en la lista de dispositivos emparejados.
4. **Para probar y añadir una nueva medición** al Monitor de Glucosa:
  - Lávate las manos. Haz una prueba de glucosa en sangre, utilizando el medidor de glucosa y los suministros proporcionados (dispositivo de punción, lancetas y tiras reactivas). Para ver las instrucciones paso a paso, consulta el manual que acompaña el dispositivo.
  - Una vez que hayas aplicado sangre a la tira reactiva y finalice la cuenta regresiva, debe aparecer la medición en la pantalla.
  - A continuación, retira la tira reactiva del dispositivo. Ahora deberás ver el símbolo de Bluetooth "**bT**" parpadeando en el dispositivo.
  - A continuación, toca **Sincronizar medición**. La medición se sincronizará con el monitor.
  - Selecciona si la medición fue **en ayunas, 2 horas después del desayuno, 2 horas después del almuerzo, o 2 horas después de la cena**.
  - Si hiciste la medición después de una comida, agrega la **hora de la comida**. También puedes agregar información sobre lo que comiste y si realizaste actividad física o ejercicio.
  - Toca **Guardar**, y la medición aparecerá automáticamente en el historial de registros.
5. **Notas Importantes:**
  - Solo se agregará la medición más reciente una vez que sincronices el dispositivo.
  - Tendrás que actualizar la fecha y la hora de la medición de ser necesario.
  - **Lo mejor es que sincronices de inmediato el dispositivo cada vez que hagas una medición.**

### Acerca de Wildflower Health

La aplicación y un defensor de la salud de Wildflower Health estarán disponibles para brindarte información educativa general y responder a tus preguntas durante el embarazo. La aplicación y los defensores de Wildflower Health no brindan asesoramiento médico. Si buscas asesoramiento médico, comunícate con el consultorio de tu proveedor o con la línea de triaje fuera del horario de atención. En caso de una verdadera emergencia, comunícate con los Servicios médicos de emergencia (911) o llama al hospital o consultorio más cercano. Consulta en la aplicación los términos de uso y la normativa de privacidad para obtener más información sobre los dispositivos de monitoreo remoto. Siempre sigue los consejos de tu proveedor al usar dichos dispositivos. Si tienes alguna inquietud o medición fuera del rango, llama siempre a tu proveedor, como se te indica.

**Instrucciones para agregar mediciones de forma manual:**

Sigue los pasos a continuación para agregar mediciones al Monitor de glucosa en forma manual (no se pueden sincronizar través de Bluetooth):

1. Lávate las manos. Haz una prueba de glucosa en sangre, utilizando el medidor de glucosa y los suministros proporcionados (dispositivo de punción, lancetas y tiras reactivas). Para ver las instrucciones paso a paso, consulta el manual que acompaña el dispositivo.
2. En la **aplicación recomendada por tu proveedor**
  - Toca **Monitorear**.
  - Abre el **Monitor de Glucosa en Sangre**.
3. Toca **Agregar entrada** en la parte inferior de la pantalla del sistema de registro.
  - Asegúrate de que la **Fecha** y la **Hora** en que se tomó la lectura sean correctas y cámbialas si hace falta.
  - Ingresas la medición en el campo **Glucosa en Sangre (mg/dl)**.
  - Seleccione si la medición fue **En ayunas, 2 horas después del desayuno, 2 horas después del almuerzo, o 2 horas después de la cena**.
  - Si hiciste la medición después de una comida, agrega la **Hora de la comida**. También puedes agregar información sobre lo que comiste y si realizaste actividad física o ejercicio.
4. Toca **Guardar**, y la medición aparecerá automáticamente en el historial de registros.

**Datos importantes que debes saber:****Tiras reactivas:**

- Usa únicamente tiras reactivas que estén diseñadas para tu medidor de glucosa específico.
- Desecha las tiras reactivas dañadas o vencidas.
- Guarda las tiras en su empaque sellado.
- Mantén las tiras alejadas de la humedad.

**Las lancetas** son objetos punzantes y deben desecharse de forma segura. Visita [safeneedledisposal.org](https://safeneedledisposal.org) para obtener información sobre cómo desechar objetos punzantes en tu zona.

Si persisten los problemas, comunícate con tu defensor de la salud. Puedes hacerles cualquier pregunta que tengas sobre tu dispositivo. Comunícate con ellos a través de **Mensajes** de la aplicación o llamando al (650) 864-4320.

**Acerca de Wildflower Health**

La aplicación y un defensor de la salud de Wildflower Health estarán disponibles para brindarte información educativa general y responder a tus preguntas durante el embarazo. La aplicación y los defensores de Wildflower Health no brindan asesoramiento médico. Si buscas asesoramiento médico, comunícate con el consultorio de tu proveedor o con la línea de triaje fuera del horario de atención. En caso de una verdadera emergencia, comunícate con los Servicios médicos de emergencia (911) o llama al hospital o consultorio más cercano. Consulta en la aplicación los términos de uso y la normativa de privacidad para obtener más información sobre los dispositivos de monitoreo remoto. Siempre sigue los consejos de tu proveedor al usar dichos dispositivos. Si tienes alguna inquietud o medición fuera del rango, llama siempre a tu proveedor, como se te indica.