



# Consejos para ensayar el tratamiento con la máquina CPAP

## 1. Agua para el humidificador

Si la máquina CPAP cuenta con un humidificador, es importante seguir estos pasos para proteger tanto la máquina como su salud:

- ❑ Utilice solamente agua destilada o purificada en el humidificador; esto es muy importante debido a que reduce la posibilidad que quede un residuo dañino o que se fomente el crecimiento de bacterias
- ❑ Llene el humidificador con agua destilada hasta la línea donde dice: 'max', esto es muy importante para prevenir que se quemé el motor de la máquina.
- ❑ Vuelva a llenar su máquina CPAP con agua destilada hasta donde dice 'max' **todas las veces** que utilice su máquina

## 2. El ajuste de la máscara

Para obtener el mayor beneficio de la máscara, es importante que le quede bien puesta y se sienta cómodo. Hay muchos tipos de máscaras y estos consejos le sirven para todas:

- ❑ Ajuste el dispositivo de la cabeza de manera que le quede ajustado, sin fuga de aire por los **costados**; cuídese especialmente que el aire no le sople alrededor de los ojos
- ❑ Los tirantes del dispositivo de la cabeza deben quedar derechos en la parte posterior de la cabeza que es donde mejor se ajustan y para prevenir que la máscara se mueva durante el sueño.
- ❑ La máscara **NO DEBE** causarle presión, incomodidad ni dolor – en cualquiera de estos casos, llame o regrese a la clínica para que le brinden asistencia. (diríjase al [www.arcnetwork.ca](http://www.arcnetwork.ca))  
(Nota: las máscaras no contienen látex)



## 3. Escape de aire

Es **NORMAL** que el aire se escape por la **parte delantera** de la máscara, es la ventilación del aire que se exhala de los pulmones. **NO** cubra ni bloquee los agujeros de ventilación al frente de la máscara.

## 4. El botón “ramp”

La máquina CPAP tiene un botón denominado “ramp” que se puede utilizar en cualquiera de las dos siguientes situaciones:

- ❑ Para recalibrar la presión al ajuste mínimo – cada vez que sienta que la máquina está soltando demasiada cantidad de aire.
- ❑ Para rebajar la presión inicial cuando recién se acuesta a dormir y así permitir que la presión del chorro de aire vaya aumentando de manera más gradual.

**Si tiene dudas o inquietudes hable con su especialista.**