



Medidor de flujo máximo

Para medir y controlar el flujo espiratorio máximo.

Lea atentamente las instrucciones antes de usar este dispositivo.

No. de pedido de TruZone® PFM: 96510

Este paquete contiene:

1-Medidor de flujo máximo TruZone® PFM

1-Las instrucciones para el TruZone® PFM y un registro diario

1-Hoja de cintas de Color Zone®

Precaución:

La legislación federal (EE.UU.) exige que este dispositivo sea vendido o indicado por un médico u otro profesional de la salud.



Fabricado en EE.UU. por:



monaghan™

Monaghan Medical Corporation  
5 Latour Ave., Suite 1600  
Plattsburgh, NY 12901

Servicio de atención al cliente: 1-800-833-9653  
www.monaghanmed.com

No. de pieza 96001-04 MS 08/07



## INTRODUCCIÓN

El medidor de flujo máximo TruZone® (“PFM”, por sus siglas en inglés) y la información adjunta cumplen con las normas técnicas más recientes de espirometría para medidores de flujo máximo portátiles establecidas por la Sociedad Torácica Americana (American Thoracic Society). El TruZone® PFM satisface las directrices educativas recomendadas por el Programa Nacional de Educación y Prevención del Asma (National Asthma Education and Prevention Program) (NAEPP, por sus siglas en inglés) de los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health).

El TruZone® PFM es un medidor de flujo máximo de un tamaño que “sirve para todos”, lo que significa que tanto niños como adultos pueden usar el mismo modelo. Lo mejor de todo es que usted puede personalizar su TruZone® PFM con nuestras zonas de color únicas según lo recomiende su médico dentro de un plan de tratamiento para satisfacer sus necesidades.

Al igual que un termómetro mide la temperatura corporal, el TruZone® PFM mide el flujo espiratorio máximo (PEF, por sus siglas en inglés). El flujo espiratorio máximo es la velocidad más rápida en la que los pulmones expulsan aire hacia fuera después de respirar hondo. Esta medición es útil para detectar cambios en las vías respiratorias que podrían indicar un empeoramiento de los síntomas o una mejora de la respiración en personas con afecciones respiratorias como asma o enfisema. Use el registro diario según se le indique y compare esta información con su médico o profesional de la salud licenciado en cada visita.

Los valores normales de flujo espiratorio máximo varían según el sexo, la edad y la estatura. Estos valores son solamente para referencia ya que cada individuo podría tener un mejor valor personal de flujo espiratorio máximo que pudiera ser superior o inferior a la media. Normalmente su mejor valor personal de flujo espiratorio máximo es el valor más alto que hayasu hoja de registro diario en el transcurso de 2 ó 3 semanas. Su mejor valor personal de flujo espiratorio máximo es la meta a alcanzar cuando usa su TruZone® PFM. Su médico o profesional de la salud licenciado le aconsejará acerca de su mejor valor personal.

Su médico o profesional de la salud licenciado le ha sugerido que use el TruZone® PFM porque es importante que mida su flujo espiratorio máximo a diario como parte del control general de su afección respiratoria.

Lea y siga las instrucciones para obtener resultados precisos.

El TruZone® PFM ha sido diseñado para personas con afecciones respiratorias que incluyen el asma. Las personas con estas afecciones solamente deben usar el TruZone® PFM y las cintas de Color Zone® adjuntas en conjunción con un plan de tratamiento bajo la dirección de un médico u otro profesional de la salud licenciado.

Si usted tiene preguntas sobre si su TruZone® PFM está funcionando correctamente, o si no comprende completamente las instrucciones de uso, por favor, póngase en contacto con su médico.

Dado que los consejos de su médico o de su profesional de la salud licenciado son importantes, sus instrucciones para el uso de este dispositivo deben seguirse atenta y constantemente. Le ayudarán a entender las lecturas y los resultados de su TruZone® PFM. Normalmente se mide el flujo espiratorio máximo a las 8 de la mañana y a las 8 de la tarde, pero siempre según lo recomiende un médico o un profesional de la salud licenciado. Para asegurarse de que sigue una técnica adecuada, pregunte a su médico o profesional de la salud licenciado que lo observe mientras usted usa el TruZone® PFM al principio.

Anote todos sus resultados en el registro diario cada vez que use el TruZone® PFM para identificar cambios, tendencias o modelos de sus síntomas respiratorios.

Si experimenta síntomas inusuales, siga las instrucciones que le proporcione su médico o profesional de la salud licenciado y póngase en contacto con ellos inmediatamente sea cual sea su flujo espiratorio máximo.

Debe ponerse en contacto siempre con su médico o profesional de la salud licenciado cuando se produzcan cambios en su flujo espiratorio máximo que indiquen un empeoramiento de su afección.

## CÓMO USAR SU TRUZONE® PFM

- 1 Antes de usar su nuevo TruZone® PFM asegúrese de que el indicador amarillo se encuentre dentro de la posición de reajuste, en el diamante cerca de la boquilla.
- 2 Para reajustarlo, agite suavemente el TruZone® PFM en posición vertical hasta que el indicador amarillo esté colocado directamente detrás del diamante de reajuste.
- 3 Respire tan hondo como pueda.
- 4 Coloque la boquilla del TruZone® PFM en la boca y cierre los labios apretándolos.
- 5 Sople lo más fuerte y rápido posible.
- 6 Repita los pasos 2 a 5 tantas veces como le haya indicado su médico o profesional de la salud licenciado.
- 7 Mire el valor en la escala al lado del indicador amarillo. Anote este valor en el espacio proporcionado en su registro diario del TruZone® PFM.

! Cuando termine de usar su TruZone® PFM, asegúrese de guardarlo en su estuche original.

## CÓMO USAR SU REGISTRO DIARIO

El registro diario cubre un período de tiempo de 35 días. Escriba su nombre en la línea que se proporciona y empezando con la fecha de hoy, introduzca las fechas de los próximos 35 días en los espacios que se proporcionan en la parte superior del registro.

Bajo cada fecha hay un gráfico para anotar el flujo espiratorio máximo hasta tres veces al día (mañana, tarde y una vez adicional). Este gráfico concuerda con los valores del TruZone® PFM. Empiece a introducir los resultados en su registro diario en la columna de la izquierda de la tabla. Todos los resultados subsecuentes deberían entrarse de forma secuencial hacia la derecha.

Una vez que el indicador amarillo indique su flujo espiratorio máximo final, marque con una “X” para anotar la medición bajo la fecha y hora del día apropiados. Usted tiene dos opciones para llenar la tabla con los resultados de su flujo espiratorio máximo:

**MÉTODO TruZone® PFM:** Dado que las escalas son idénticas tanto en su TruZone® PFM como en su registro diario, es fácil anotar su flujo espiratorio máximo. Simplemente coloque su TruZone® PFM directamente encima del registro diario. Alinee los límites superiores e inferiores de las escalas de flujo espiratorio máximo de su TruZone® PFM y del registro diario. Ahora marque con una “X” el punto que marque el indicador amarillo bajo la fecha y hora del día correspondientes.

**MÉTODO CONVENCIONAL:** Simplemente ubique el punto en el registro diario, bajo la fecha y hora del día, que corresponda con el flujo espiratorio máximo que desee anotar. Marque una “X” en ese punto.

! Mantenga siempre su registro diario actualizado.

## LIMPIEZA DE SU TRUZONE® PFM

Su TruZone® PFM solamente necesita limpiarse una vez por semana. Lave el PFM pasándolo suavemente por agua tibia con jabón suave. Enjuague bien con suavidad y deje que se seque al aire antes de la siguiente lectura. No trate de limpiar el interior con un cepillo. También puede limpiar su TruZone® PFM de forma segura usando el ciclo normal de su lavavajillas.

PRECAUCIÓN: No desmonte nunca su TruZone® PFM ni lo ponga en agua hirviendo.

## COMPROBACIÓN DE CALIDAD

Siempre inspeccione visualmente su TruZone® PFM por si hay algún daño. Asegúrese que funciona adecuadamente antes de usarlo. Para hacer esto sople ligeramente en el PFM para ver si el indicador se mueve y luego reajuste el indicador. No se debe usar un medidor dañado o con problemas.



Nota: El TruZone® PFM satisface todos los requisitos de exactitud y precisión que se pueden encontrar durante un uso típico. Al igual que con cualquier monitor de presión o de flujo, puede que el TruZone® PFM se vea afectado por variaciones de altitud o temperaturas extremas.\*\* El medidor no se ve afectado de forma significativa por la humedad relativa y debe usarse dentro de una gama de temperaturas normal (de 20 a 35 grados Celsius ó de 68 a 95 grados Fahrenheit). Todas las mediciones del TruZone® PFM han sido validadas en temperatura corporal y presión saturada con vapor de agua (BTPS, por sus siglas en inglés).

\*\*Gardner, RM, et al, Evaluation of Accuracy and Reproducibility of Peak Flow Meter at 1,400 m. (Evaluación de la precisión y reproducibilidad de los medidores de flujo máximo a 1.400 m). Chest, 1992; 101:948-952.

## NORMAS

Su TruZone® PFM ha sido diseñado y fabricado para satisfacer las normas más recientes de la Sociedad Torácica Americana (American Thoracic Society) para mediciones de flujo máximo. Estas normas reflejan el uso de 26 formas de onda de tiempo de flujo seleccionadas especialmente para evaluar medidores de flujo máximo. La precisión es de ±12% ó de 25 l/min., el que sea mayor.

## CINTAS OPCIONALES COLOR ZONE®

Nuestro sistema de cintas Color Zone® facilita el uso de su TruZone® PFM. Estas zonas están basadas en un sistema simple de semáforo. Su médico le dará instrucciones acerca de cómo colocar y usar este singular sistema de cintas Color Zone®.

Puede que las cintas adjuntas de Color Zone® fáciles de pelar le ayuden a definir sus zonas individuales de flujo espiratorio máximo. Saque una cinta multicolor de la hoja recortando por la línea discontinua. Para pegar, saque la parte posterior de la zona verde. Luego, coloque la cinta en medio de la escala del medidor de flujo máximo de manera que las flechas estén bajo la palabra “BEST” (mejor) alineadas con su mejor flujo espiratorio máximo según lo haya confirmado su médico o profesional de la salud licenciado.

Pegue la zona verde en su lugar. Recorte la zona roja justo por encima del diamante de reajuste (véase el dibujo), saque el resto del papel posterior y pegue la cinta en su lugar.

- VERDE: 80-100 por ciento de su mejor flujo
- AMARILLO SUPERIOR: 65-80 por ciento de su mejor flujo
- AMARILLO INFERIOR: 50-65 por ciento de su mejor flujo
- ROJO: menos del 50 por ciento de su mejor flujo



Puede que su flujo espiratorio máximo varíe a medida que cambia su afección respiratoria. Puede que el flujo espiratorio máximo varíe a medida que los niños crecen. Por estas razones, se incluyen varias cintas de Color Zone® en el paquete. Debe sacarse la cita de Color Zone® vieja antes de pegar una nueva. No reemplace una cinta de Color Zone® antes de consultar lo con su médico.

## GARANTÍA MONAGHAN

El medidor de flujo máximo TruZone® viene con un año de garantía a partir de la fecha de compra. Si su medidor de flujo máximo TruZone® no funciona adecuadamente durante el período de tiempo de la garantía, por favor devuélvalo al punto de venta con una prueba de compra y se le entregará uno nuevo sin cargos. Esta garantía no cubre ningún defecto ni daño que sea consecuencia de un mal uso o de una falta de mantenimiento adecuado.

Los derechos de todos estos contenidos están reservados © 1995, 1998, 1999, 2002 Monaghan Medical Corporation. Todos los derechos reservados. © marca registrada™ marca comercial de Monaghan Medical Corporation. Patente en EE.UU. No. 5.627,324. Patentes expedidas en el extranjero y en trámite.

## PREDICCIÓN DE MEDIAS DE FLUJO ESPIRATORIO MÁXIMO (litros por minuto)

Media normal para hombres*		ESTATURA				
Edad (Años)	(pulg.) (cm)	60"	65"	70"	75"	80"
20		554	575	594	611	626
25		580	603	622	640	656
30		594	617	637	655	672
35		599	622	643	661	677
40		597	620	641	659	675
45		591	613	633	651	668
50		580	602	622	640	656
55		566	588	608	625	640
60		551	572	591	607	622
65		533	554	572	588	603
70		515	535	552	568	582
75		496	515	532	547	560

Media normal para mujeres*		ESTATURA				
Edad (Años)	(pulg.) (cm)	55"	60"	65"	70"	75"
20		444	460	474	486	497
25		455	471	485	497	509
30		458	475	489	502	513
35		458	474	488	501	512
40		453	469	483	496	507
45		446	462	476	488	499
50		437	453	466	478	489
55		427	442	455	467	477
60		415	430	443	454	464
65		403	417	430	441	451
70		390	404	416	427	436
75		377	391	402	413	422

\*Nunn, AJ, Gregg I. Brit Med J 1989; 298:1068-70.

## Media normal para niños y adolescentes†

Estatura (pulg.) (cm)	Niños y niñas	Estatura (pulg.) (cm)	Niños y niñas		
43"	109	147	55"	140	307
44"	112	160	56"	142	320
45"	114	173	57"	145	334
46"	117	187	58"	147	347
47"	119	200	59"	150	360
48"	122	214	60"	152	373
49"	124	227	61"	155	387
50"	127	240	62"	157	400
51"	130	254	63"	160	413
52"	132	267	64"	163	427
53"	135	280	65"	165	440
54"	137	293	66"	168	454

† Polgar G, Promadhat V. Pulmonary Function Testing in Children: Techniques and Standards. (Pruebas de las funciones pulmonares en niños: técnicas y estándares).

\*\*Philadelphia, W.B. Saunders Company, 1971.

