

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*



*We help the world breathe®*  
PULMONARY • CRITICAL CARE • SLEEP

## Oxígeno en casa después de una estadía en el hospital

### Cuándo está bien dejar de usarlo

**P**uede ser difícil respirar después de algunas enfermedades graves, como neumonía, insuficiencia cardíaca o un ataque de enfermedad pulmonar obstructiva crónica (chronic obstructive pulmonary disease, COPD), u otra enfermedad pulmonar. Es posible que sigas necesitando oxígeno adicional después de salir del hospital, y posiblemente te vayas a casa con una receta para terapia de oxígeno suplementario o adicional.

La terapia de oxígeno suplementario usa un tanque o máquina para proporcionarte oxígeno adicional. Esto ayuda a que el oxígeno te llegue a los pulmones y al corazón, así como a otras partes del cuerpo. El oxígeno adicional puede hacer que estés más fuerte y alerta. Puede ayudar a prevenir la muerte entre las personas con COPD, que tienen bajos niveles de oxígeno la mayor parte del tiempo.

Sin embargo, a menudo las personas reciben terapia con oxígeno demasiado tiempo. Si empiezas a recibir esta terapia, debes preguntarle a tu médico si puedes dejarla y cuándo hacerlo, y realizarte una prueba de seguimiento, como lo indique tu médico. A continuación se dan las razones:



### Muchas personas que usan oxígeno en casa a largo plazo no lo necesitan.

Después de una enfermedad grave, la terapia con oxígeno puede ayudarte a mejorar, pero después de recuperarte, posiblemente ya no necesites el oxígeno adicional. Dos pruebas comunes pueden indicar si necesitas oxígeno adicional: un oxímetro de pulso, que se te coloca en el dedo, o una prueba de gases en la sangre, que se toma de una arteria en la muñeca.

Las pruebas muestran que algunas personas se recuperan en unas cuantas semanas, y que hasta la mitad se recuperan en dos a tres meses. Para estos pacientes, continuar la terapia con oxígeno no es benéfico. Si la dejan, se recuperan tan bien como los pacientes que continúan la terapia en casa sin someterse a pruebas.

### **La terapia con oxígeno en casa tiene riesgos.**

- El oxígeno tiene riesgo de incendio, especialmente cerca de una chimenea, estufa o cigarrillo.
- Las sondas de oxígeno pueden causar tropiezos y caídas.
- Las sondas de la nariz pueden causar irritación y sangrado de la nariz.
- Puede ser inconveniente estar atado al tanque de oxígeno. A algunas personas les avergüenza esto. A menudo, las personas se vuelven menos sociables y activas.

### **La terapia con oxígeno en casa tiene costos.**

Para las personas que reciben beneficios de Medicare, la terapia con oxígeno cuesta cientos de dólares al mes. Tienes que pagar una quinta parte de la factura tú mismo, o con tu seguro médico adicional.

El uso de oxígeno en casa casi se ha duplicado en los últimos diez años. Aproximadamente la mitad de los pacientes no tienen pruebas de seguimiento después de dos a tres meses, así que no saben si deberían continuar o dejar el tratamiento. Si no necesitas terapia con oxígeno, ¿para que gastar el dinero?

### **¿Cómo sabes si necesitas oxígeno en casa?**

Los niveles normales de oxígeno en la sangre están por encima del 95%. La terapia con oxígeno en casa es benéfica cuando tu nivel está 88% o menos.

Algunas personas solo necesitan oxígeno adicional en momentos determinados. Por ejemplo, es posible que tu médico te diga que uses terapia con oxígeno cuando hagas ejercicio o cuando duermas, o si tu nivel de oxígeno en la sangre está 88% o menos.

Si has comenzado a administrarte oxígeno en casa, nunca debes reducirlo ni interrumpirlo por cuenta propia. Es importante que hables con tu médico si piensas que tu terapia con oxígeno necesita cambiar. Hay graves riesgos médicos, incluidas tensiones en el corazón y los pulmones, si dejas de usar oxígeno adicional cuando lo necesitas.

### **¿Cómo se analiza el oxígeno en la sangre?**

Hay dos formas principales de analizar los niveles de oxígeno en la sangre:

- Un oxímetro de pulso: Este aparato se coloca en el dedo o en el lóbulo de la oreja. Usa luz para analizar la cantidad de oxígeno en la sangre.
- Una prueba de gases en la sangre: Si se necesita una lectura más exacta, por lo general el personal médico te tomará una muestra de sangre de una arteria en la muñeca.

Este informe es para que lo uses cuando hables con tu proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Usa este informe bajo tu propio riesgo.

© 2018 ABIM Foundation. Elaborado en cooperación con el Colegio Estadounidense de Médicos del Tórax y la Sociedad Estadounidense Torácica. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite:

[www.choosingwisely.org/patient-resources](http://www.choosingwisely.org/patient-resources)