



Guía del usuario de
Livongo for Diabetes

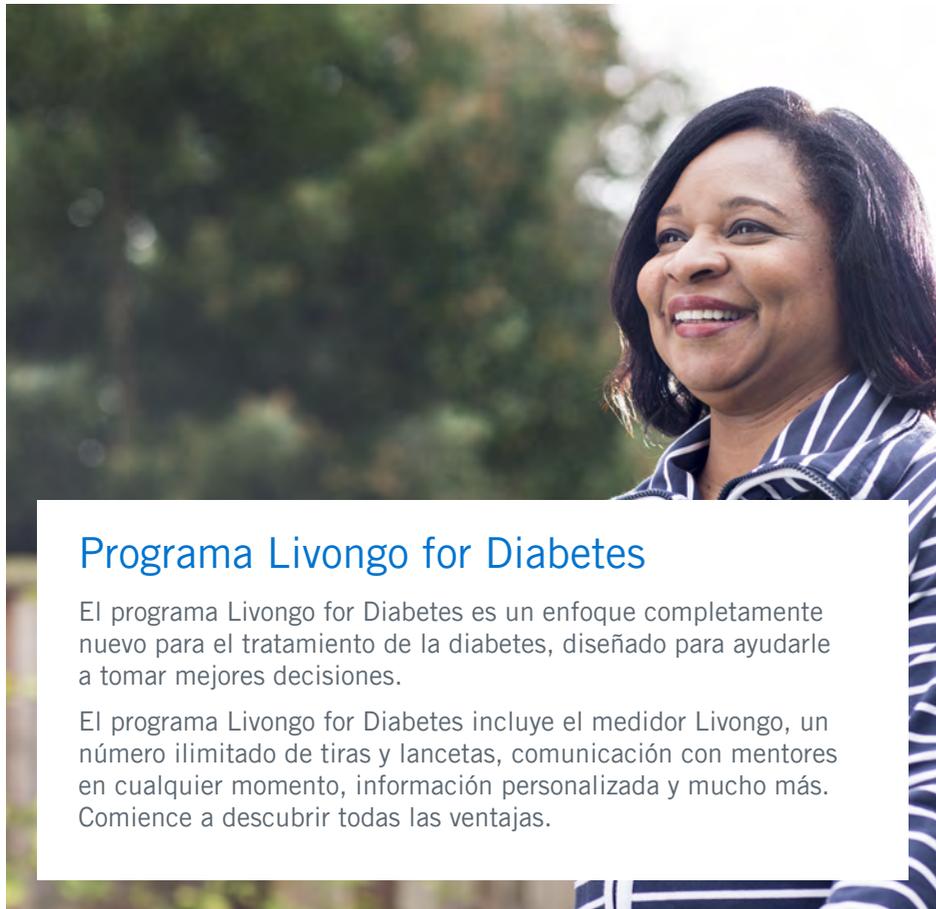


Bienvenido

Bienvenido al programa Livongo for Diabetes. Esta guía lo ayudará a empezar en menos de 5 minutos. Si tiene alguna pregunta, puede llamar al número de asistencia para miembros al **(800) 945-4355** o enviar un correo electrónico a **membersupport@livongo.com**. Estamos disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Contenido

Programa Livongo for Diabetes	3
Introducción	4
Primer chequeo de glucosa en la sangre	5
Acceda a sus datos en cualquier momento	7
Asesoría para cualquier pregunta	8
Asistencia cuando más lo necesita	9
Mantenga a sus seres queridos informados	10
Comparta su informe resumido	11
Suministros ilimitados	13
Cómo cargar el medidor Livongo	14
Encendido/apagado/modo de reposo	14
Utilizando el dispositivo de punción de Livongo	15
Cómo personalizar la configuración del medidor Livongo	19
Solución de problemas de mensajes de error	20
Apéndice	24



Programa Livongo for Diabetes

El programa Livongo for Diabetes es un enfoque completamente nuevo para el tratamiento de la diabetes, diseñado para ayudarle a tomar mejores decisiones.

El programa Livongo for Diabetes incluye el medidor Livongo, un número ilimitado de tiras y lancetas, comunicación con mentores en cualquier momento, información personalizada y mucho más. Comience a descubrir todas las ventajas.

Introducción

El medidor Livongo viene cargado y listo para usarse desde el momento en que lo saca de la caja. En primer lugar, configure el medidor Livongo según sus necesidades.

Pasos para configurar el medidor:

- Encienda el medidor presionando el botón de encendido durante 3 segundos
- Seleccione el idioma de su preferencia (inglés o español)
- Seleccione si usa insulina

Ahora el medidor Livongo está listo para su primer chequeo de glucosa en sangre.

***Nota:** La fecha y hora del medidor se actualizará automáticamente luego del primer chequeo.*

Primer chequeo de glucosa en la sangre



1 Asegúrese de que el medidor esté encendido, póngalo en una superficial plana e inserte una tira de prueba

2 Espere a que el medidor muestre el mensaje "Listos para chequear glucosa"

3 Aplique una gota de sangre en la cámara de la tira

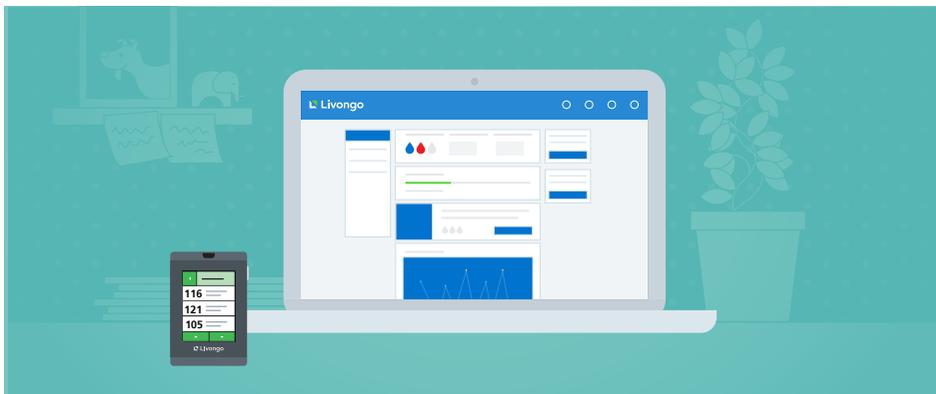


4 Seleccione una etiqueta de comida.

Si usa insulina, tendrá la opción de agregar la insulina y los carbohidratos

5 Seleccione una etiqueta que describa cómo se siente

6 Haga clic en "Enviar" para cargar de forma segura la lectura de su nivel de glucosa en sangre y las etiquetas (comidas y sensaciones) a su cuenta privada



Acceda a sus datos en cualquier momento

Para acceder a sus datos en el medidor Livongo, toque el ícono “**Diario**” en la pantalla de inicio. Puede ver su “**Resumen**”, que es un resumen de sus estadísticas. “**Mis valores**” es un registro completo de todos sus valores de glucosa en sangre.

También puede acceder a las lecturas de nivel de glucosa en la sangre en su cuenta privada en cualquier momento.

 **Para acceder a sus datos en línea, puede iniciar sesión en my.livongo.com.**

Una vez que haya utilizado el medidor Livongo durante algún tiempo, las tendencias y los gráficos lo pueden ayudar a manejar su diabetes de manera más eficaz.

Asesoría para cualquier pregunta

Todos los mentores de Livongo son educadores certificados en diabetes y están preparados para contestar cualquier pregunta, desde la alimentación hasta los cambios en su estilo de vida. Su mentor llegará a conocerlo y ofrecerle el apoyo personalizado que usted necesita.

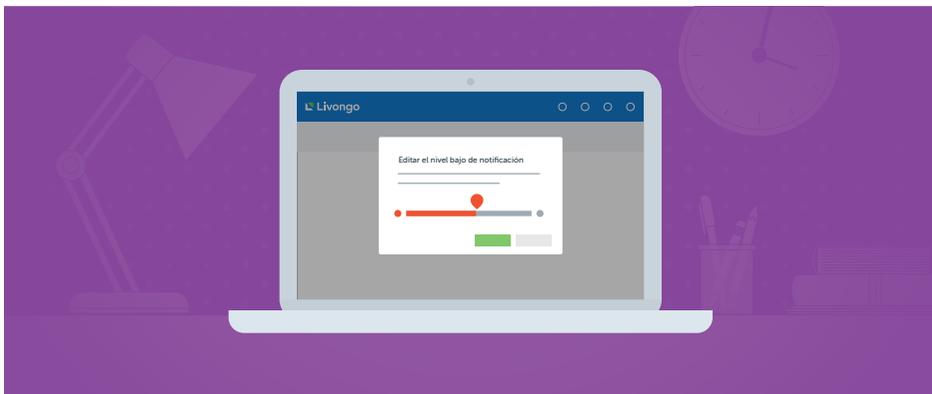
Hay dos maneras de comunicarse con un mentor:

- En el medidor Livongo, haga clic en “**Apoyo**” y luego en “**Contactar a mentor**”.
- Desde my.livongo.com, haga clic en “**Apoyo**” y luego en “**Consultas personales**”, en el menú de la parte de arriba. Puede solicitar una sesión de consulta en esa página.

Una vez que hable con un asesor, podrá continuar la conversación por teléfono, correo electrónico o mensaje de texto.



Kendall Brooks,
Dietista registrada y
educadora certificada
en diabetes



Asistencia cuando más lo necesita

Si su nivel de glucosa en sangre está en un rango alto o bajo, nuestros mentores se pondrán en contacto con usted en 5 minutos para ayudarlo a controlar su nivel de glucosa, a fin de que vuelva al rango objetivo.

De forma predeterminada, los umbrales de glucosa en la sangre están configurados en 60 mg/dL y 400 mg/dL. Puede personalizar estos umbrales o, si lo prefiere, optar por no utilizar este beneficio.

▶ **Para personalizar este beneficio, vaya a my.livongo.com**, haga clic en “Apoyo” en la parte superior de la pantalla y seleccione “Consultas personales”.



Mantenga a sus seres queridos informados

Puede elegir notificar a sus seres queridos automáticamente mediante un correo electrónico o un mensaje de texto cuando sus valores de glucosa en sangre arrojen niveles altos o bajos.

▶ **Para habilitar y personalizar esta función, inicie sesión en my.livongo.com**, haga clic en “Apoyo” en la parte superior de la pantalla y seleccione “Notificaciones para amigos y familiares”.

Comparta su informe resumido

El informe resumido de Livongo ha sido específicamente diseñado para que pueda compartir fácilmente sus datos con su médico cada pocos meses.

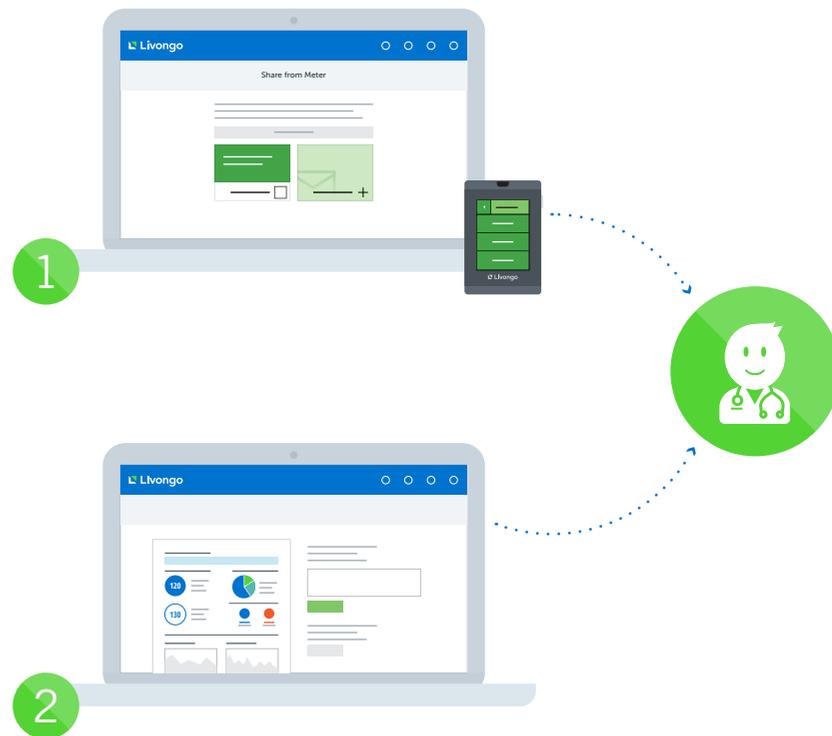
Proporciona un resumen de sus valores de glucosa, junto con gráficos y tendencias, de modo que tenga más tiempo para conversar asuntos importantes con su médico.

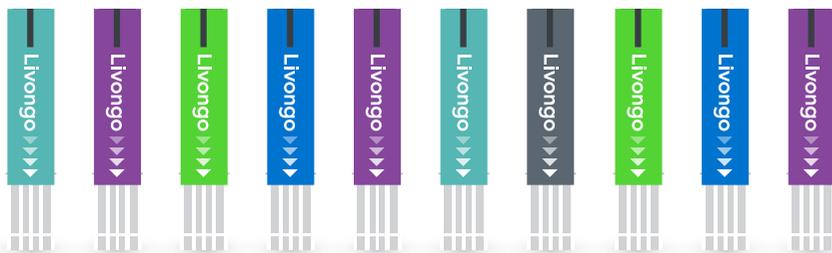
Hay dos maneras de compartir el informe resumido:

1. Desde el medidor: Desde la página de inicio del medidor Livongo, vaya a **“Diario”** y seguidamente haga clic en **“Compartir mi informe”**.

Para activar esta función, debe primero agregar la dirección de correo electrónico de su médico a su cuenta. Para ello, vaya a my.livongo.com, haga clic en **“Diario”** en la parte superior de la pantalla y seleccione **“Compartir desde el medidor”**.

2. En la web: Vaya a my.livongo.com, haga clic en **“Diario”** y seleccione **“Informe resumido”**. Podrá descargar el informe o compartirlo por correo electrónico.





Suministros ilimitados

Su membresía incluye un número ilimitado de tiras y lancetas. No hay costos ocultos ni copagos. Cuando creamos que quizás necesite más tiras, recibirá automáticamente una notificación en el medidor.

Si no ve una notificación en su medidor, hay tres maneras de hacer nuevos pedidos de tiras.

- 1. Desde el medidor:** Desde la página de inicio del medidor Livongo, vaya a “Apoyo” y haga clic en “Reordenar tiras de prueba”. Siga las instrucciones para confirmar su dirección.
- 2. En la web:** Vaya a my.livongo.com y toque Reordenar tiras de prueba en el tablero principal.
- 3. Por teléfono:** Llame a Asistencia para Miembros al **(800) 945-4355**.

Cómo cargar el medidor Livongo

Su medidor Livongo utiliza una batería recargable. Cuando el nivel de la batería esté bajo, recibirá una notificación en el medidor. Para cargarlo, conecte el cable del cargador en el puerto ubicado en el lado izquierdo del medidor. El medidor mostrará el progreso en la pantalla. Tenga en cuenta que no podrá chequear su nivel de glucosa en sangre con el medidor mientras se carga.

! *Espera 30 minutos después de la carga para controlar su nivel de glucosa en la sangre.*

Encendido/apagado/modo de reposo /almacenamiento

Para ahorrar batería, el medidor Livongo pasará al modo de reposo después de estar inactivo durante 1 minuto. Para activar el medidor, puede simplemente presionar el botón de encendido o insertar una tira de prueba.

Para apagar el medidor Livongo, mantenga presionado el botón de encendido durante 3 segundos y la pantalla indicará que se está apagando. Para volver a encender el medidor, mantenga presionado el botón de encendido durante 3 segundos.

Luego de usarlo, el mejor sitio para guardar su medidor Livongo es el estuche de transporte incluido en el Kit de Bienvenida. El estuche ha sido diseñado para proteger el medidor y contener todo lo necesario para chequear su glucosa en sangre. Incluso puede chequear su glucosa sin sacar el medidor del estuche.

Utilizando el dispositivo de punción de Livongo

El dispositivo de punción Livongo es fácil de usar. Siga las instrucciones a continuación:

1. Quite la tapa del dispositivo de punción: Para quitar la tapa del dispositivo de punción, gírela en sentido contrario a las agujas del reloj y seguidamente tire hacia afuera.

2. Inserte una lanceta: Alinee la lanceta, de manera que calce en el portalancetas. Empuje la lanceta hacia dentro del dispositivo hasta que se encaje en su posición. Gire la cubierta protectora hasta que se separe de la lanceta.

3. Coloque nuevamente la tapa del dispositivo de punción: Coloque la tapa en el dispositivo de punción y gírela en el sentido de las agujas del reloj para asegurarla. Evite tocar la lanceta expuesta.

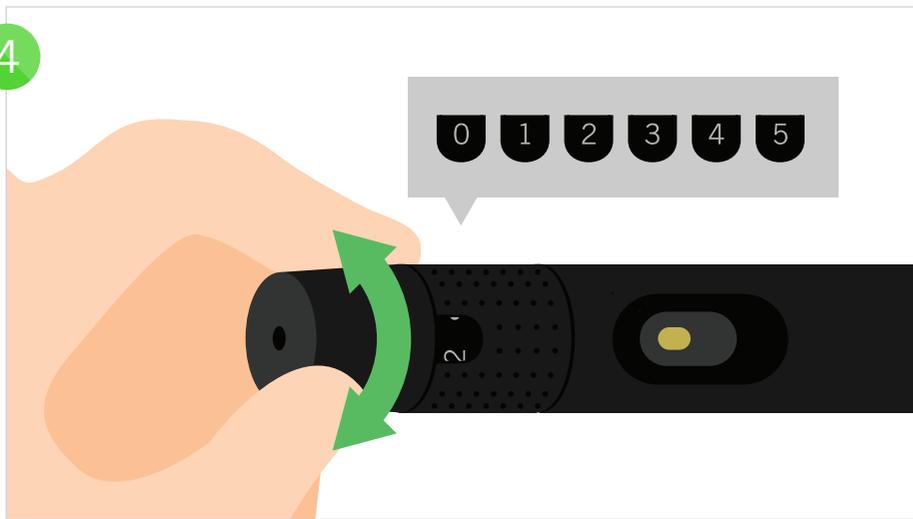


Consejos útiles:

- Masajee suavemente el dedo desde la base hasta la punta para obtener el volumen de sangre necesario.
- Elija un sitio distinto cada vez que realice una prueba; eso evitará que se le formen callos y le facilitará obtener la sangre.
- Antes de hacerse el chequeo, lávese y séquese muy bien las manos. Para aumentar el flujo de sangre en los dedos, use agua tibia.



4



5



6



Utilizando el dispositivo de punción de Livongo (cont.)

4. Ajuste la profundidad: El dispositivo de punción tiene seis posiciones de profundidad de la punción, numeradas del 0 al 5. Los números menores son para punciones menos profundas. Gire la rueda de profundidad para elegir la posición.

Tip: Es posible que una punción menos profunda reduzca las molestias. Le recomendamos comenzar con una posición menos profunda y aumentar la profundidad hasta que obtenga una gota de sangre del tamaño adecuado. Podrá también aumentar la profundidad de la punción si ejerce una mayor presión del dispositivo de punción contra el dedo.

5. Cargue el dispositivo de punción: Deslice el barril cargador hacia atrás hasta que encaje en posición (oír un “clic”). Si no oye el “clic”, es posible que el barril ya se haya cargado cuando se insertó la lanceta.

6. Haga una punción en el dedo: Sostenga firmemente el dispositivo de punción contra el costado del dedo. Presione el botón de disparo para pincharse el dedo. Retire el dispositivo de punción del dedo.

! *Para obtener más información, consulte las instrucciones de uso proporcionadas.*

Cómo personalizar la configuración del medidor Livongo

Puede personalizar el medidor Livongo para que se adapte mejor a sus necesidades.

Al tocar **“Ajustes”** en la pantalla de inicio del medidor Livongo, podrá configurar lo siguiente:

- **Insulina:** puede seleccionar si se está administrando insulina. Si selecciona **“Encendido”**, podrá registrar su administración de insulina después de chequear su glucosa en sangre
- **Idioma:** puede elegir entre inglés y español
- **Sonidos:** puede activar o desactivar los sonidos
- **Modo Avión:** si activa el **"Modo avión"**, puede desactivar las comunicaciones del medidor.
- **Recordatorios:** puede configurar 3 alarmas de recordatorio para que le indiquen que debe realizar acciones importantes, como tomar una medicina o chequear su glucosa.

Solución de problemas de mensajes de error

Si se produce un error mientras controla su nivel de glucosa en la sangre, aparecerá un mensaje de error en la pantalla del medidor.

Sangre aplicada muy rápido	Se aplicó la sangre demasiado rápido después de insertar la tira y antes de que el medidor estuviera listo. Después de insertar la tira, espere hasta que aparezca el mensaje "Listo para chequear glucosa" para aplicar la sangre.
Tira contaminada o usada	La tira que está utilizando está contaminada o ya fue utilizada. Utilice una tira nueva e inténtelo de nuevo.
Muestra de sangre escasa	En ocasiones, la muestra de sangre puede ser demasiado pequeña para medirla con precisión. Saque la tira e inténtelo de nuevo con una nueva tira.
Error de codificación en tira	Por favor, inserte una nueva tira de prueba del mismo frasco e intente de nuevo. Si el error continúa, contacte a nuestro departamento de Apoyo para Miembros.
Temperatura demasiado alta	La temperatura exterior es superior a 113 °F, y es demasiado alta para proporcionar una lectura precisa.
Temperatura demasiado baja	La temperatura exterior está por debajo de 41 °F, y es demasiado baja para proporcionar una lectura precisa.

Solución de problemas de mensajes de error (continuación)

In the event of an error while checking your blood glucose, an error message will appear on your meter screen.

Tira de prueba retirada	Si la tira se retira antes de que se obtenga una lectura, recibirá este mensaje de error. Saque completamente la tira e inténtelo de nuevo con una tira nueva.
Error de hematocrito	Su nivel de hematocrito se encuentra por debajo de un 20 % o por encima de un 70 %. El medidor Livongo funciona en el rango de hematocrito de un 20 % a un 70 %. Los niveles demasiado altos de hematocrito (por encima de un 70 %) y demasiado bajos (por debajo de un 20 %) pueden generar resultados falsos. Consulte a su médico para obtener más información acerca de su nivel de hematocrito.
Glucosa alta: > 600 mg/dL	El medidor Livongo puede medir la glucosa en la sangre con precisión desde 20 mg/dL hasta 600 mg/dL. Si su nivel de glucosa en la sangre es superior a 600 mg/dL, la pantalla mostrará el siguiente mensaje. Si recibe este mensaje, llame a su médico.
Glucosa baja: < 20 mg/dL	El medidor Livongo puede medir la glucosa en la sangre con precisión desde 20 mg/dL hasta 600 mg/dL. Si su nivel de glucosa en la sangre es inferior a 20 mg/dL, la pantalla mostrará el siguiente mensaje. Si recibe este mensaje, llame a su médico.

Solución de problemas de mensajes de error (continuación)

Si se produce un error mientras controla su nivel de glucosa en la sangre, aparecerá un mensaje de error en la pantalla del medidor.

Error de calibración interna	Por favor apague el medidor por 30 segundos y enciéndalo de nuevo. Si el error continúa, contacte a nuestro Centro de Apoyo para Miembros.
Error interno del medidor	Por favor apague el medidor por 30 segundos y enciéndalo de nuevo. Si el error continúa, contacte a nuestro Centro de Apoyo para Miembros.
Error del CRC del medidor	Intente chequear su glucosa con la misma tira. Si el error continúa, contacte a nuestro Centro de Apoyo para Miembros.
Error de comunicación	Si no está dentro del rango de cobertura celular, no se transmitirán los resultados de glucosa en la sangre. Los resultados quedarán guardados en la memoria del medidor y se transmitirán la próxima vez que chequee su nivel de glucosa en sangre o cuando reciba los mensajes en su bandeja de entrada de mensajes.

Si tiene alguna pregunta acerca de su medidor Livongo, puede ponerse en contacto con el equipo de asistencia para miembros al **(800) 945-4355** o por correo electrónico a **membersupport@livongo.com**. Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Estamos aquí para ayudarlo

¿Tiene alguna pregunta? Póngase en contacto con nosotros en cualquier momento llamando al **(800) 945-4355** o por correo electrónico a **membersupport@livongo.com**. Queremos ayudarlo a sacar el máximo partido del programa Livongo for Diabetes.

Siempre puede encontrar nuestro número telefónico en esta guía, en la parte posterior del medidor, o puede visitar my.livongo.com y hacer clic en "**Compartir y apoyo**" y luego en "**Asistencia para miembros**".

Apéndice

Especificaciones y limitaciones

Especificaciones

- Medición realizada: Glucosa en sangre
- Metodología para medición: Biosensor de glucosa oxidasa
- Resultados de chequeo de glucosa: mg/dL (valores de plasma)
- Rango de medición: 20-600 mg/dL
- Rango de hematocrito aceptable: 20 % a 70 %
- Duración de la prueba: 5 segundos
- Volumen de tira de prueba: 0,8 µL

Rangos de funcionamiento

- Temperatura: 41 °F a 113 °F (5 °C a 45 °C)
- Humedad: Humedad relativa de 10 % a 90 %
- Altitud: hasta 8516 pies (2595 m)
- Peso: 2,65 oz (75 g)
- Tamaño: 3,6 x 2,3 x 0,9 pulg. (96 x 57 x 17,7 mm)
- Almacenamiento de datos del medidor: 1000 resultados

Calificación eléctrica y de potencia

- Especificaciones eléctricas: 3,7 V Batería de polímero de litio de 1100 mAh
- Corriente máxima (batería): 650 mA máximo
- Potencia máxima (batería): 3,0 W máximo
- Corriente máxima (carga, entrada USB): 1 A continua
- Entrada de carga USB: 5 V, 1 A

Especificaciones ambientales

- Rango de temperatura de almacenamiento del medidor: -13 °F a 115 °F (-25 °C a 46 °C).
- Rango de temperatura de almacenamiento de las tiras de prueba: 41 °F a 86 °F (5 °C a 30 °C).
- Rango de temperatura de funcionamiento del medidor: 41 °F a 113 °F (5 °C a 45 °C).
- Rango de humedad relativa: De 10 % a 90 % sin condensación.

Declaración de la FCC

Este dispositivo, modelo BG300, cumple con la parte 15 de las normas de la FCC. El funcionamiento está sujeto a las dos condiciones indicadas a continuación: (1) este dispositivo no puede causar interferencias perjudiciales, y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluidas las interferencias que puedan provocar un funcionamiento no deseado.

Las modificaciones no aprobadas expresamente por Livongo Health, Inc. podrían anular la autoridad del usuario para operar el equipo.

Nota: Este equipo ha sido probado y cumple con los límites para un dispositivo digital de Clase B, conforme a la Parte 15 de las normas de la FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede provocar interferencias perjudiciales en comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay garantía de que no ocurrirá interferencia en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencias perjudiciales para la recepción de radio o televisión, lo cual se puede determinar apagando y encendiendo el equipo, se aconseja al usuario que intente corregir la interferencia mediante una o más de las siguientes acciones:

-- Reoriente o cambie de lugar la antena receptora.

-- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.

-- Conecte el equipo a una toma de corriente que esté en un circuito distinto al que está conectado el receptor.

-- Consulte Livongo Health o a un técnico experimentado en radio/televisión para obtener ayuda.

Información acerca de la exposición a las radiaciones de radiofrecuencia:

El medidor usa tecnología de radiofrecuencia celular para comunicarse con Livongo. El dispositivo se comunica con Livongo en tres circunstancias: para chequear la glucosa en sangre (lo cual típicamente ocurre un máximo de 8 veces al día); antes de entrar en el modo de reposo (lo cual ocurre a continuación de cada chequeo de glucosa); y para compartir un informe resumido (lo cual típicamente ocurre cada 1-3 meses).

La exposición humana promedio a radiación asociada con esta radiofrecuencia está muy por debajo de los límites de exposición fijados por la FCC siempre y cuando el dispositivo se utilice en las posiciones indicadas en este manual durante las comunicaciones con el sistema de Livongo.

Advertencia de la propuesta 65 de California

ESTE PRODUCTO CONTIENE SUSTANCIAS QUÍMICAS CONOCIDAS EN EL ESTADO DE CALIFORNIA COMO CAUSANTES DE CÁNCER Y DEFECTOS DE NACIMIENTO U OTROS TRASTORNOS REPRODUCTIVOS.

Garantía

El medidor conectado Livongo tiene una garantía de un (1) año desde la fecha de recepción por defectos en los materiales y la mano de obra (excepto según se indica a continuación). Si en cualquier momento durante el primer año después de la compra, el medidor no funciona por alguna razón (excepto como se describe a continuación), será reemplazado por un nuevo medidor de forma gratuita.

Limitaciones de la garantía

Esta garantía está sujeta a las siguientes excepciones y limitaciones:

- Esta garantía se aplica únicamente al comprador original.
- Esta garantía no se aplica a unidades que fallen o resulten dañadas a causa de un evidente abuso, mal uso, alteración, descuido, mantenimiento no autorizado o por no operar el medidor de acuerdo con las instrucciones.
- No tenemos conocimiento del desempeño del medidor Livongo cuando se utiliza con tiras de prueba que no sean Livongo. Por lo tanto, no ofrecemos ninguna garantía en cuanto al funcionamiento del medidor Livongo si se utiliza con cualquier otra tira de prueba que no sea Livongo.
- No existe ninguna otra garantía expresa para este producto. La opción de sustitución, descrita anteriormente, es la única obligación del garante en virtud de esta garantía.

Para recibir servicio de garantía

Comuníquese con el Centro de Apoyo para Miembros al 800.945.4355.

Política de privacidad

Como fabricantes del medidor Livongo, estamos comprometidos con la protección de su información personal de manera responsable y de acuerdo con la ley. Prometemos que no compartiremos ni venderemos su información personal a comerciantes o terceros. La información que usted comparte voluntariamente con nosotros solo será utilizada para ayudarnos a ofrecerle un mejor servicio en el futuro.

Componentes del Kit de Bienvenida



Su kit de bienvenida incluye los siguientes componentes en el sistema de control de glucosa en la sangre Livongo:

- Medidor conectado Livongo (1)
- Dispositivo de puncion Livongo (1)
- Lancetas Livongo (100)
- Tiras de prueba de glucosa en la sangre Livongo (150)
- Solución de control de glucosa en la sangre Livongo (2)
- Adaptador de CA (cargador de pared y cargador USB) (1)
- Guía del usuario Livongo (1)
- Instrucciones de uso (1)
- Estuche de transporte (1)
- Manual de usuario (en my.livongo.com)