



ResMed

De viaje con mi CPAP



Guía para viajar con tu tratamiento.



Contenido

| | |
|--|----|
| 1. Tu equipo CPAP siempre contigo | 5 |
| 2. Vuela con tu equipo CPAP | 6 |
| 3. Otros medios de transporte | 9 |
| 3.1 Tren | 10 |
| 3.2 Caravanas / autocaravanas | 10 |
| 3.3 Autobús | 11 |
| 3.4 Cruceros | 11 |
| 3.5 Barcos de recreo | 11 |
| 4. ¿Dónde te vas a alojar? | 12 |
| 4.1 En exteriores | 12 |
| 4.2 En interiores | 13 |
| 4.3 A gran altitud | 13 |
| 5. ¿No te sientes seguro viajando con tu CPAP? | 14 |
| 5.1 Salud y viajes | 14 |
| 5.2 Higiene | 15 |
| 6. Lista de viaje | 17 |
| 6.1 Documentos necesarios | 17 |
| 6.2 Piezas de recambio | 17 |
| 6.3 Suministro de corriente durante el viaje | 19 |
| 7. Preguntas frecuentes sobre viajes | 20 |

Tu equipo CPAP siempre contigo

Te mereces disfrutar de tus vacaciones y viajes de trabajo. Y para poder disfrutar al máximo, no debes interrumpir tu tratamiento CPAP aunque estés fuera de casa. ¡La apnea del sueño no se va de vacaciones!

La mayoría de los equipos CPAP de ResMed se pueden utilizar en cualquier parte del mundo, al aire libre e incluso volando. Se han diseñado para que sean ligeros y portátiles.

Si viajas con frecuencia, te puede interesar invertir en un equipo portátil tamaño bolsillo, diseñado específicamente para viajar con comodidad. Hay una gran variedad de productos y accesorios a tu disposición pensados para hacerte la vida más fácil cuando estás fuera de casa.

Veamos cómo puedes utilizar tu equipo CPAP en tu destino y durante el viaje.



¿Sabías que...?

La mayoría de los equipos CPAP de ResMed se pueden utilizar en todo el mundo.

Vuela con tu equipo CPAP

Puede que quieras utilizar tu equipo CPAP en el avión, sobre todo si se trata de un vuelo de larga distancia. Puedes usarlo sin ningún problema.

Esto es lo que tienes que hacer:



Llama a la compañía aérea al menos dos semanas antes

Solicita a la compañía aérea que te conceda un permiso para utilizar tu equipo médico CPAP durante el vuelo. Si obtienes el permiso por escrito, no olvides llevarlo contigo en el avión. En el caso de vuelos nacionales, es posible que el equipo se pueda incluir dentro de la franquicia de equipaje de mano, según el peso y el número de artículos permitidos. Contacta con la compañía aérea con antelación para conocer su política sobre equipos médicos y franquicia de equipaje.



Si la compañía aérea te pide información adicional

Envíales una copia de la **Carta de conformidad de la FAA** para volar con equipos ResMed. Puedes descargar esta carta en el sitio web de ResMed. Es una declaración oficial de las autoridades de aviación que certifica que los equipos ResMed son adecuados para su uso en aviones.



Antes del vuelo, pide un asiento que esté situado cerca de una toma de corriente

Pregunta el tipo de cable o adaptador que necesitarás para enchufar tu equipo en el avión y no olvides llevarlo en tu equipaje de mano.



El día del vuelo, lleva tu equipo de terapia como equipaje de mano.

Se trata de un dispositivo médico con piezas mecánicas, por lo que no debería ir en la bodega del avión, ya que podría dañarse durante la manipulación de los equipajes en el aeropuerto. Lleva contigo una copia de la **Carta de conformidad de la FAA** para volar con equipos ResMed y muéstrala en el control de seguridad del aeropuerto y al subir al avión.



¿Sabías que...?

Tu equipo de terapia puede pasar el control de seguridad del aeropuerto.*

ResMed confirma que el dispositivo cumple los requisitos de la Administración Federal de Aviación (FAA) (RTCA/DO-160, sección 21, categoría M) para todas las fases de los viajes aéreos



¿Sabías que...?

También puedes utilizar un **convertor CC/CC** para conectar tu equipo a un coche, un barco u otro vehículo.

Otros medios de transporte

¿Vas a viajar en crucero, tren o autobús?
¿En otro tipo de embarcación? Muchos de estos medios de transporte contarán con una toma de corriente adecuada para tu equipo CPAP. Ponte en contacto con el operador turístico o la compañía de viajes con antelación para comprobar que puedes enchufar tu equipo de terapia durante el viaje.

Si no va a haber suministro eléctrico disponible, deberías considerar el uso de **una batería** recomendada por el fabricante de tu CPAP.

También puedes utilizar un **convertor CC/CC** para conectar tu equipo en un coche, en un barco u otro vehículo equipado con una toma de corriente CC de 12V o 24V o a una batería compatible.



Trenes



Caravanas/
autocaravanas



Autobuses



Cruceros



Embarcaciones



Trenes

Pregunta a la compañía ferroviaria con antelación si podrás disponer de una toma de corriente adecuada. Si no hay suministro eléctrico, puedes utilizar **una batería** recomendada por el fabricante de tu CPAP. Consulta con tu médico cuáles son las fuentes de alimentación externas/portátiles y baterías disponibles para tu equipo CPAP.

Autocaravanas

Siempre que la batería tenga suficiente capacidad, tu **equipo ResMed podrá funcionar solo con la batería** dentro de una caravana o autocaravana. Necesitarás un **transformador adecuado** para conectar el equipo a la batería.

Autobuses

Los autobuses no suelen tener una entrada de corriente adecuada. Consulta a la empresa de autobuses con antelación si hay entradas de corriente disponibles y considera la opción de utilizar **una batería**.

Cruceros

La mayoría de los cruceros cuentan con entradas de corriente compatibles. Tu equipo CPAP debe funcionar si la **corriente eléctrica está en el rango 100-240 V y 50-60 Hz**. Las entradas de los enchufes pueden variar en función del país, así que no olvides meter en la maleta **un adaptador para el país destino**. Puedes adquirir este adaptador en la mayoría de las tiendas de electrónica y viajes. Póngase en contacto con el operador turístico para confirmarlo.

Barcos de recreo

Contacta con el puerto o la empresa de alquiler de barcos de recreo para preguntar si habrá una toma de corriente adecuada disponible. Podrías necesitar **un conversor CC/CC** para que tu equipo funcione a bordo.



¿Dónde te vas a alojar?

En exteriores

Incluso cuando vayas a acampar en el exterior o en un alojamiento móvil, no deberías tener problemas para utilizar tu equipo CPAP. Los campings y los puertos deportivos suelen tener acceso a la red eléctrica.

Todos los equipos CPAP de ResMed funcionan con el suministro eléctrico de un coche, un barco u otro vehículo con una entrada de corriente de 12V o 24V CC o una batería compatible. Si tu

equipo es de otro fabricante, busca esta información en el manual del usuario correspondiente. Salvo que utilices **una batería externa**, vas a necesitar un **convertor CC/CC** para conectar el equipo a estas entradas de corriente. Asegúrate también de que no se agotará la batería.

En interiores

Si vas a alojarte en un hotel o en un apartamento, no deberías tener problemas para conectar el dispositivo a la red eléctrica. Es una buena idea llevar **un alargador** por si los enchufes están demasiado lejos de la cama. Recuerda llevar también **un adaptador adecuado** si vas a viajar al extranjero.

A gran altitud

Los equipos ResMed pueden funcionar hasta 2591 metros* sobre el nivel del mar. Muchas estaciones de esquí europeas y lugares de vacaciones de montaña superan esa altitud. Si vas a esquiar, a hacer senderismo o montañismo, ponte en contacto con nosotros antes de salir para que podamos aconsejarte.

*Consulta los manuales del usuario de los equipos ResMed.



¿No te sientes seguro viajando con tu CPAP?

Salud y viajes

Consulta a tu médico antes de salir de viaje si padeces alguna otra afección, como enfermedad cardíaca o pulmonar. Puede que tengas que tener en cuenta precauciones especiales según el destino al que vayas.

Informa a tu compañía aseguradora de que padeces apnea del sueño ya que podría afectar a tus coberturas. Ten la información a mano cuando contactes con ellos porque podrían hacerte preguntas sobre tu afección.

Higiene*

Limpia bien tu **mascarilla y accesorios CPAP** cuando vayas a viajar.

Sigue tu rutina habitual de limpieza y no olvides **secar bien los tubos, la mascarilla y el arnés** antes de utilizarlos.

Utiliza siempre agua embotellada en el humidificador si viajas a una zona donde el agua del grifo no es potable. Limpia también a fondo el humidificador.

Te recomendamos llevar **toallitas de viaje** y una almohadilla de recambio por si la primera se deteriora durante el viaje.

*Para encontrar instrucciones detalladas de limpieza, consulta los manuales de usuario de tu mascarilla y tu equipo.



Ten cuidado con la humidificación

NO utilices un humidificador estándar en un avión. Las turbulencias pueden hacer que se derrame el agua y se dañe el equipo. Antes de guardar el humidificador en el equipaje, comprueba que no tenga agua.

Lista de viaje

1. Documentos necesarios

- ✓ Una carta de tu médico que certifique que necesitas tratamiento CPAP.
- ✓ Un documento con los datos la presión de tu tratamiento, el tipo y talla de tu mascarilla, los datos de contacto de tu médico o tu proveedor sanitario y los del proveedor de tu equipo.
- ✓ Datos del seguro médico, incluido el número de póliza y los datos de contacto de la compañía aseguradora.
- ✓ **Carta de conformidad de la FAA** para volar con equipos ResMed como salvoconducto para pasar el control de seguridad del aeropuerto y subir el equipo al avión.

2. Piezas de recambio

- ✓ **Lleva una almohadilla de recambio**, ya que puede ser difícil de encontrar una cuando estés en tu destino.
- ✓ **Lleva toallitas de viaje** para mantener la mascarilla y el equipo limpios.



¿Sabías que...?

Puedes consultar a tu médico o proveedor de asistencia sanitaria para que te informe sobre las piezas de recambio y accesorios.

3. Suministro de corriente durante el viaje

- ✓ **Al menos dos semanas antes del vuelo, solicita a la compañía aérea permiso para usar el equipo durante el vuelo.** Si te dan un permiso por escrito, no olvides llevar una copia contigo.
- ✓ Si vas a viajar durante la noche en otros medios de transporte (como tren, barco o autobús), consulta al operador turístico o la agencia de viajes si será posible enchufar el equipo a la corriente eléctrica.
- ✓ Comprueba si vas a necesitar un **convertor de corriente específico** para utilizar el equipo en el avión o en otro medio de transporte y no olvides llevar uno en tu equipaje.
- ✓ Lleva también un enchufe adaptador adecuado para el país de destino.
- ✓ Si no vas a disponer de una fuente de energía, lleva contigo una **batería**.
- ✓ Incluye **un alargador** en tu equipaje para utilizar el equipo cómodamente, independientemente de dónde esté el enchufe.



Preguntas frecuentes sobre viajes

¿Cómo soluciono los problemas técnicos cuando estoy en el extranjero?

Ponte en contacto con tu proveedor de asistencia sanitaria para que te asesore sobre cómo solucionar los problemas técnicos que pudieran ocurrirle a tu equipo.

¿Cómo afecta el modo avión a la transmisión de datos?

La conectividad inalámbrica se desactiva cuando los dispositivos están en modo avión y, por tanto, la transmisión de datos no estará **disponible durante un tiempo**. Si viajas al extranjero o vas a utilizar el modo avión durante un periodo largo, sería aconsejable que informases a tu equipo médico de que no recibirán datos desde tu dispositivo mientras estés fuera.

¿Funcionará mi equipo de terapia conectado al enchufe de a bordo del avión?

Por lo general, sí. La placa del equipo CPAP y la etiqueta de la unidad de alimentación de corriente especifican 400 Hz, por tanto, la entrada de corriente es compatible con la salida de 400 Hz del avión. Tu equipo CPAP funcionará con normalidad. Sin embargo, es posible que tengas que utilizar un convertidor específico para conectarlo al enchufe de a bordo. Confírmalo con la compañía aérea antes de viajar.

¿Afectarán los escáneres de rayos X del control de seguridad del aeropuerto a mi equipo?

No, los escáneres de rayos X no dañan tu equipo.¹ Sin embargo, es posible que el personal de seguridad solicite un informe de tu médico que certifique que transportas un dispositivo de terapia. Asegúrate de llevar dicho informe.

¹ Compatibilidad de los escáneres de rayos X de los aeropuertos con los equipos ResMed. Datos en archivo ID A4726587.

¿Funcionará mi equipo en un país extranjero?

Sí, tu equipo debería funcionar en un país extranjero. Sin embargo, los enchufes pueden variar en función del país, así que lleva un convertor compatible en la maleta. Puedes comprar un convertor en las tiendas de viajes y de electrónica, así como en los aeropuertos. Si vas a estar en el extranjero mucho tiempo, avisa a tu equipo médico que no recibirán datos desde tu dispositivo mientras estés fuera.

¿Puedo utilizar la batería de mi coche para conectar mi equipo?

No es recomendable porque las baterías de los coches no se deben descargar por debajo del 30 % y podría reducirse sustancialmente su vida útil operativa.

En caso de emergencia, puedes utilizar la batería del coche, pero no uses el humidificador, ya que podría agotar la batería hasta el punto en que el coche no pueda arrancar.

Me voy de camping. ¿Qué tamaño de batería necesito?

La mayoría de los equipos ResMed funcionan con una batería externa adecuada o con un convertor CC/CC que puede enchufarse a la toma de corriente del vehículo. Consulta a tu equipo médico para obtener más información.

¿Tengo que llevar mi equipo si me hospitalizan cuando estoy de viaje?

No es necesario. Pero si te van a intervenir quirúrgicamente, es muy importante que informes al equipo cirujano y al anestesista de que te han diagnosticado apnea del sueño y estás bajo tratamiento con CPAP.

¿Puedo utilizar agua del grifo en el extranjero para mi humidificador?

Siempre recomendamos usar agua embotellada en aquellos países en los que el agua del grifo no sea segura. En caso de duda, utilice agua embotellada.

¿Y si mi mascarilla se rompe mientras estoy fuera? ¿Cómo localizo un proveedor local?

El proceso para encontrar accesorios de recambio dependerá de cada país. En algunos habrá más tiendas físicas y online que en otros. Sin embargo, es importante que consultes a tu equipo médico qué debes hacer si el equipo se rompe o funciona mal.

Ten en cuenta que

Este documento es sólo orientativo y no sustituye al asesoramiento médico. Si te preocupa viajar con tu equipo CPAP, consulta a tu equipo médico.



ResMed



¿Sabía que?

Puedes descargar
nuestra gama completa
de libros electrónicos
para pacientes [aquí](#)

ResMed.es

Para obtener información acerca de otras sucursales de ResMed en todo el mundo,
consulte el sitio web www.resmed.com.
© 2021 ResMed. 10112816/1 2023-01