



NIVELES DE OXÍGENO EN SANGRE Y COVID-19, LO QUE DEBES SABER

Los niveles de oxígeno sanguíneo describen la cantidad de oxígeno que circula en la sangre. Nuestros cuerpos requieren oxígeno para funcionar. Este gas vital **ingresa al cuerpo a través de la nariz y la boca y pasa a través de los pulmones hacia el torrente sanguíneo.** Una vez ahí, el oxígeno ayuda a reemplazar las células que se desgastan, aporta energía a nuestro cuerpo, apoya la forma en que funciona nuestro sistema inmunológico y más. Por ello, **los niveles bajos de oxígeno en sangre indican que puede haber un problema con los pulmones o la circulación.**

Bajo este contexto, la **gente comenzó a comprar oxímetros de pulso para medir sus niveles de oxígeno en sangre desde casa cuando se enteraron de que tener niveles bajos podría ser un signo de COVID-19.** La dificultad para respirar es un síntoma bien conocido de la enfermedad, pero no siempre es fácil de detectar. Hay quienes pensaron que estos dispositivos serían una herramienta para ayudar a autoevaluarse en busca de signos y síntomas. También **ha habido reportes de «hipoxia silenciosa», donde los niveles de oxígeno de las personas son peligrosamente bajos, pero no necesariamente experimentan dificultad para respirar.**

Si estás usando un oxímetro de pulso para medir tu nivel de oxígeno en sangre, **una lectura normal es un nivel de SpO2** ('S' de saturación; 'p' de porcentual y 'O2' de oxígeno) **que se encuentre entre el 95 y el 100 por ciento.** Sin embargo, esto puede variar en personas con ciertas afecciones médicas, como enfermedad pulmonar. **Habla con tu médico para determinar qué nivel de SpO2 es «normal» para ti** y ten en cuenta que, aunque estos dispositivos domésticos son prácticos y no invasivos, no siempre son completamente precisos.

Cabe destacar que un **oxímetro de pulso no puede detectar la COVID-19, pero sí puede ayudarte a monitorear los signos y síntomas asociados con el virus.** Tener niveles bajos de oxígeno en sangre podría ser un signo de infección por coronavirus, pero también podría indicar otros problemas de salud que deben ser analizados por tu proveedor de atención médica. De cualquier forma, **si estás controlando tus niveles de oxígeno en sangre en casa con un oxímetro de pulso, comunícate con tu médico si tu SpO2 cae por debajo del 90-95 por ciento.**

CLICKISALUD