



Monitor de Actividad Rojo - Preguntas Frecuentes

- ***¿Necesito yo encender o apagar el monitor de actividad rojo?***

No, el monitor de actividad rojo está encendido y permanecerá encendido todo el tiempo que usted lo tenga.

- ***Una lucecita verde de mi monitor de actividad rojo se encendía y se apagaba constantemente, pero ahora ya no lo hace, ¿está dañado?***

No, eso es solo una característica técnica del monitor. El aparato está monitoreando su actividad incluso si la luz no está encendiéndose.

- ***¿El monitor de actividad rojo es resistente al agua?***

No, el monitor de actividad rojo no debe usarse mientras usted se baña, se ducha o hace actividades en el agua, tal como nadar. Si usted olvida quitarse el monitor de actividad rojo, estará bien siempre que no haya estado en más de 3 pies (~90 cm) de agua durante más de 30 minutos (o media hora).

- ***¿Puedo llevar el monitor de actividad rojo bajo la lluvia?***

Si la ropa exterior protege el monitor de actividad rojo, usted puede usarlo cuando llueve. Le pedimos que no use el monitor de actividad rojo en la ducha, mientras se baña o en la piscina.

- ***Yo me quité el monitor de actividad rojo durante el día, pero me olvidé volver a ponerlo. ¿Qué tengo que hacer?***

A nosotros no gustaría que usted usara el monitor de actividad rojo durante 8 días

seguidos, pero tenemos en cuenta que a veces las personas pueden olvidar ponérselo. Encienda el monitor de actividad rojo lo antes posible. Si usted estuvo sin usar el monitor de actividad rojo por más de dos horas, use el monitor de actividad rojo por un día más.

- ***Ayer se me olvidó ponerme el monitor de actividad rojo. ¿Debería empezar a usarlo de nuevo hoy?***

Sí. Le pedimos que use el monitor de actividad rojo durante 8 días seguidos. Si usted olvida un día, comience a usar el monitor al día siguiente. Si accidentalmente se salta un día, compénselo usando el monitor por un día adicional para alcanzar 8 días completos.

- ***¿Importa si yo uso el monitor de actividad rojo en el mismo lugar todos los días?***

Lo ideal es que usted use el monitor de actividad rojo en el mismo lugar. Recuerde llevar el monitor de actividad rojo en la cintura sobre la cadera derecha.

- ***El cinturón de mi monitor de actividad rojo es demasiado corto (o demasiado largo) para ponérmelo en la cintura. ¿Cómo lo alargo (o lo acorto)?***

Hale del cinturón a través de las lengüetas de plástico negro para acortar o alargar el cinturón. Por favor, no haga ninguna otra alteración en el cinturón.

- ***Mi cinturón tiene un olor desagradable. ¿Puedo lavarlo?***
No, por ningún motivo quite el monitor de actividad del cinturón. Si usted desea un cambiarlo, comuníquese con el personal del estudio y le ayudaremos.
- ***¿Debo limpiar el monitor de actividad rojo? Si es así, ¿cómo lo limpio?***
No, no hay necesidad de limpiar el monitor de actividad rojo mientras usted lo tiene. Nosotros lo limpiaremos antes de dárselo al siguiente participante del estudio. Si usted necesita limpiarlo, simplemente límpielo con un paño húmedo.
- ***Accidentalmente se me cayó el monitor de actividad rojo. ¿Está bien?***
El monitor de actividad rojo es un equipo delicado y debe manejarse con cuidado. Sin embargo, los accidentes menores no deben afectar su funcionamiento. Comuníquese con el personal del estudio si usted está preocupado(a).
- ***Es difícil mantener mi monitor de actividad rojo en su lugar cuando uso faldas y vestidos. ¿Hay alguna sugerencia para hacer esto más fácil?***
La mayoría de las personas encuentran que usar el monitor de actividad rojo con pantalones es lo más cómodo. Si los pantalones tienen presillas, puede pasar el monitor de actividad rojo y el cinturón a través de las presillas como si fuera un cinturón o correa normal. Usted también puede llevar el monitor de actividad rojo debajo de un vestido o una falda, si es necesario.
- ***¿El monitor de actividad rojo les dice a ustedes dónde estoy en la comunidad?***
No, el monitor de actividad rojo recopila información sobre cuánto tiempo usted pasa activo(a) o quieto(a) durante el tiempo que está despierto(a). El monitor no puede decirnos dónde se encuentra usted en la comunidad.
- ***¿Debo yo hacer algo con el monitor de actividad rojo o apagarlo antes de devolverlo?***
No, usted no necesita hacer nada ni apagarlo antes de devolvérselo.
- ***Perdí el sobre de devolución prepago y con la dirección. ¿Qué debo hacer?***
No hay problema. Comuníquese con el personal del estudio y le ayudaremos.

