

Manual del usuario

Tu historia, tus exámenes, tus consultas y tu wearable.

Edición 1.0 | 7 de octubre de 2026

Acceso: <https://salud-ia.com/mi-salud#home>

Edición del piloto. Los pasos describen funciones implementadas. La carga productiva de exámenes y el procesamiento automático están pendientes de activación. No hay cobros ni guardia 24/7 activos. La atención requiere profesionales habilitados y disponibilidad.

Consultar disponibilidad vigente: <https://salud-ia.com/manuales/estado.html>

1. Crear tu cuenta y entrar

El acceso por rol es una puerta de entrada. Elegir Médico, Organización o Sistema no te asigna esos permisos.

1. Abrí salud-ia.com y elegí Entrar o crear mi cuenta. En el acceso Usuario, elegí Regístrate si es tu primera vez.
2. Usá un correo propio, completá la verificación que solicite la pantalla y guardá tu contraseña en un lugar seguro. No crees una cuenta compartida.
3. Al entrar vas a ver Inicio, Historia, Exámenes, Consultas y Dispositivo. Cada pantalla muestra solo la información de tu cuenta.
4. Si olvidaste la contraseña, usá la opción de recuperación del formulario de acceso. El equipo no necesita que le compartas tu contraseña ni códigos.
5. Al terminar en un equipo compartido, elegí Salir y comprobá que volvió el formulario de acceso.

2. Completar y mantener tu historia

Tu información es declarada por vos. Las notas médicas firmadas se conservan por separado. Un registro de medicación no cambia una prescripción ni demuestra que hayas tomado una dosis.

1. Entrá en Historia. Completá nombre, fecha de nacimiento, ubicación, antecedentes, alergias, medicamentos informados y objetivos.
2. Elegí Guardar mi historia y esperá el mensaje de confirmación. Si otra pestaña modificó la historia, actualizá antes de volver a guardar.
3. En Sumá un registro a tu historia, elegí el tipo, fecha y descripción. Pulsá Guardar registro.
4. En Historia y seguimiento, revisá el registro y usá Ver registros anteriores para consultar más entradas.

3. Subir un examen cuando la carga esté habilitada

Al publicar esta edición, la carga productiva y el procesamiento automático siguen pendientes de activación. No subas documentación clínica real para una prueba hasta que el equipo confirme que el circuito está habilitado.

1. Abrí Exámenes y revisá la disponibilidad. Si la pantalla dice que la carga no está habilitada, no hay un envío pendiente: esperá la activación del equipo.
2. Cuando aparezca el formulario, poné un nombre reconocible y elegí un PDF, JPEG o PNG de hasta 10 MB. Usá una imagen nítida del documento completo.
3. Confirmá que corresponde a tu salud y elegí Subir estudio privado. No cierres la pestaña hasta recibir la confirmación.
4. Revisá la lista: Recibido en cuarentena o Verificando archivo significa que el documento todavía no tiene interpretación.
5. Si se corta la conexión, reintentá la misma operación sin cambiar el archivo. Si la carga venció, iniciá una nueva. No envíes el mismo estudio varias veces mientras el resultado sea incierto.
6. Si el archivo queda rechazado o requiere asistencia, anotá su referencia y el mensaje. No intentes omitir la verificación del archivo.

4. Leer devoluciones y hacer preguntas

Las nuevas explicaciones permanecen deshabilitadas mientras no esté activo el procesador. Las respuestas anteriores disponibles se conservan.

1. En un examen con devolución disponible, elegí Ver devolución. Revisá el resumen y las referencias al documento.
2. Una devolución de IA es un borrador. Si aparece Revisión médica firmada, leé también esa devolución: se distingue del texto generado.
3. Para preguntar, elegí hasta diez exámenes procesados o incluí tu historia. Escribí una pregunta concreta y aceptá el consentimiento mostrado.
4. Elegí Preparar explicación con IA solo cuando el botón esté habilitado. Revisá luego tus explicaciones guardadas; no prometemos un tiempo instantáneo de respuesta.
5. Llevá las dudas a tu médico. No cambies un tratamiento a partir de una explicación automática.

5. Revisar el plan y reservar una consulta

En los planes comerciales Supervisión y Coco AI, el crédito previsto se entrega al contratar y luego cada tres meses calendario. Vence al terminar su período y no se acumula. Las condiciones y los créditos del piloto se muestran en tu cuenta; no equivalen a una suscripción paga.

1. Entrá en Consultas y revisá Mi plan y los créditos disponibles. Durante el piloto habilitado no se inicia un cobro.
2. Indicá el país y estado o provincia donde estarás durante la consulta. Elegí Buscar horarios.
3. Elegí un crédito vigente, revisá el consentimiento y marcá su aceptación. Seleccioná Reservar este horario.
4. Esperá Reserva confirmada y comprobá el turno en Mis consultas. Si la respuesta fue incierta, usá Confirmar reserva pendiente con el mismo horario y crédito.
5. Si no hay horarios, no significa que exista una consulta reservada. El equipo debe habilitar profesionales y estos deben publicar su disponibilidad.

6. Compartir información y entrar a la teleconsulta

Solo el profesional asignado puede consultar la información autorizada. La integración de video está publicada, pero su prueba de aceptación con cuentas reales sigue pendiente.

1. Desde la consulta, abrí Información compartida y accesos. Elegí los documentos y si compartís tu historia declarada.
2. Si querés permitir originales, aceptá también esa autorización específica. Elegí Guardar autorización y comprobá su vigencia.
3. Desde diez minutos antes del turno, confirmá tu ubicación actual y elegí Entrar a la teleconsulta.
4. Permití cámara y micrófono únicamente para esa sala. Comprobá audio y video y confirmá tu identidad con el profesional.
5. Si tu ubicación cambió o no podés entrar, contactá al equipo responsable de la reserva. No uses otra sala ni compartas enlaces o tokens.
6. Al terminar, elegí Salir de la sala. La devolución firmada aparecerá en la consulta cuando el profesional complete la atención.

7. Cancelar o revocar el acceso

Una revocación no borra la historia ni puede retirar copias que un profesional haya descargado antes de revocarla. La descarga del original usa un enlace de corta duración.

1. Solicitar cancelación deja la consulta pendiente de resolución del médico o del equipo; no libera el crédito inmediatamente.
2. Revocar autorización y cancelar impide nuevas lecturas clínicas y solicita la cancelación. El equipo todavía debe resolver el turno y el crédito.
3. Revocar acceso a mi información permite retirar el acceso clínico desde la gestión de la autorización.

4. Revisá que la consulta aparezca Cancelada. Cuando se libera un crédito, conserva su vencimiento original.

8. Conectar tu wearable desde Android

Las nuevas lecturas de pulso y oxígeno siguen sin validación clínica. El sueño y la actividad son estimaciones del wearable con fechas de su propio reloj y zona horaria desconocida; no son diagnósticos ni mediciones clínicas retrospectivas. Se importan solo los históricos V8 de sueño y actividad confirmados como propios. Los otros recibos técnicos anteriores no se convierten en mediciones clínicas. La aceptación con tu firmware físico todavía debe completarse.

Este teléfono conserva el vínculo con la cuenta original para impedir que los pendientes se envíen a otra persona. Las importaciones externas desde una prestadora o desde el NOC pueden seguir requiriendo el código privado que entrega el operador.

Descarga de la versión de prueba Android: <https://salud-ia.com/my-health-0.3.12.apk>. iPhone está pendiente de implementación.

1. Instalá My Health 0.3.12 sobre la versión existente. No desinstales ni borres los datos del teléfono: los registros pendientes se conservan.
2. En Inicio, elegí Iniciar sesión o crear cuenta. Si ya te registraste en la web, usá esa misma cuenta.
3. En el navegador, revisá tu correo de cuenta, aceptá vincular este teléfono y tocá Conectar mi app. Elegí Volver a la app My Health o regresá manualmente a la app.
4. La conexión con el servidor queda configurada automáticamente. No necesitás una URL ni un token. En Ajustes verás Tu cuenta está conectada y Cerrar sesión.
5. Tocá Conectar wearable, permití Bluetooth y elegí tu anillo o pulsera X3/V8. Esperá Conectado a tu cuenta - listo para medir. Al conectar queda habilitado como único wearable principal.
6. En Wearable, tocá Medir pulso (60 s) y, cuando termine, Medir oxígeno (60 s). Mantené el dispositivo colocado y el cuerpo quieto. Los valores se actualizan cuando los envía el wearable. La pantalla muestra el tiempo restante, distingue la lectura anterior y avisa si termina sin recibir un valor. Detener medición cancela la lectura en curso. Al vincular y conectar el equipo se activan las mediciones automáticas: pulso cada 5 minutos durante 15 segundos y oxígeno cada hora durante 60 segundos. No se superponen con una medición manual.
7. Para seguir el pulso como en un reloj, elegí Seguir pulso en vivo. El número y la gráfica de los últimos tres minutos cambian con cada valor recibido; un corte de señal no se rellena. Se detiene al salir de Wearable, al dejar la app o a los diez minutos. Podés detenerlo antes con Detener medición.
8. Para ver sueño y actividad, tocá Activar sueño y actividad automáticos o Actualizar sueño y actividad con la V8 conectada. Confirmá Son mis registros solo si el historial guardado en la pulsera te pertenece. La confirmación se guarda para esa cuenta y pulsera; se descarga el historial sin borrar su memoria y luego se consulta cada 10 minutos. Si no hay novedades, el resumen se conserva sin generar lecturas falsas.

9. En Wearable y en Inicio vas a ver tiempo dormido, fases estimadas y minutos sin registro, junto con pasos, distancia, calorías estimadas y minutos de ejercicio. Las comparaciones usan registros recibidos. El resumen se conserva cifrado en este teléfono y, al sincronizar, aparece en Wearable del portal.

10. En Wearable o Ajustes, Mediciones automáticas muestra el estado y permite Pausar automáticas o Activar automáticas. La pausa se conserva al volver a entrar. El programa sigue al dejar la pantalla mientras el servicio de conexión esté activo. Android puede demorar las tareas al ahorrar batería; si cerraste por fuerza la app o reiniciaste el teléfono, ábrala y conectá nuevamente. Si la autorización del servidor vence sin Internet, las automáticas se pausan hasta renovarla; los pendientes se conservan.

11. La app sincroniza tus nuevas lecturas con Mi salud. Si estás sin Internet, guarda los pendientes cifrados y reintenta al recuperar conexión.

12. Para pausar la importación, entrá en Dispositivo del portal y pausá la conexión. Para salir de la app, usá Ajustes - Cerrar sesión: desconecta Bluetooth, detiene el envío y conserva los pendientes para la cuenta original.

9. Resolver problemas y pedir ayuda

Para soporte, compartí el identificador de tu cuenta, referencia de la operación, fecha y mensaje. Usá el canal privado indicado por el equipo; no envíes exámenes por canales públicos. My Health no es un canal de emergencia. Ante una urgencia, recurrí a los servicios locales de emergencia.

Situación	Qué hacer
La sesión venció	Entrá nuevamente. No compartas contraseña ni códigos.
No aparece mi estudio	Actualizar estudios. Revisá si la carga se confirmó; no dupliques un envío incierto.
No hay horarios o créditos	Revisá Mi plan y tu ubicación. Pedí al equipo que revise la cobertura y disponibilidad.
No llegan mediciones	Comprobá vínculo, consentimiento, wearable principal y sincronización del teléfono. Informá fecha y origen.
No hay respuesta de IA	Revisá el estado del procesamiento. No interpretes una cola pendiente como respuesta clínica.

Gráficos del wearable por día, semana y mes

En la web, abrí Mi salud → Wearable. En Android 0.3.12, abrí Wearable → Gráficos · día, semana y mes. Usa tu sesión existente y requiere conexión a Internet. Las mediciones en vivo y la captura automática siguen disponibles en la pantalla anterior.

Elegí Día, Semana o Mes y cambiá la fecha con Anterior, Siguiente o el calendario. El pulso y el oxígeno muestran promedio de las lecturas recibidas, mínimos y máximos. Los gráficos diarios agrupan por hora; los semanales y mensuales por día. Las fechas de pulso y oxígeno usan la zona horaria del teléfono o

navegador.

Los pasos muestran el total diario y, en semana o mes, el promedio de los días con registros. Los días sin datos no cuentan como cero. Las descargas repetidas reemplazan el total del día, sin sumarlo dos veces. Podés comparar con una meta personal ingresada para esa consulta.

Las etiquetas comparan con referencias generales: no diagnostican normalidad ni gravedad. El pulso se compara con adultos en reposo, aunque el contexto de cada lectura puede ser desconocido. Las cifras fuera de referencia permanecen visibles aunque el promedio esté dentro. Las limitaciones y las fuentes AHA/FDA están en [Cómo leer estos gráficos](#).

Solo aparecen registros sincronizados de tu cuenta; si hay más de un wearable en el historial, podés seleccionarlo. Actualizar gráficos consulta los nuevos datos. No se inventan valores cuando la pulsera no entrega una medición.

Actualizaciones y reporte de sueño

Actualizá instalando el APK sobre la app existente. La cuenta, el wearable elegido, los resúmenes y los registros pendientes se conservan. Al abrir, la app intenta reconectar el equipo anterior si Bluetooth está habilitado y no pausaste la conexión. Las últimas lecturas conservan su fecha: no se presentan como mediciones en vivo.

Desinstalar o borrar datos elimina el almacenamiento local de Android. En ese caso, iniciá sesión con la misma cuenta: el historial ya enviado sigue disponible en Wearable → Gráficos. Los registros que nunca llegaron al servidor no se pueden recuperar desde la nube. Será necesario volver a conectar físicamente el wearable.

En web y Android, Wearable muestra Tu última noche con tiempo dormido, horario, fases estimadas, intervalos despierto y huecos sin registro. Debajo, [Cómo venís durmiendo](#) muestra las últimas siete noches en la vista Día, o las noches del período seleccionado en Semana y Mes. El promedio usa únicamente noches con registros.

El detalle de fases es una estimación del dispositivo. No generamos una puntuación clínica ni diagnosticamos trastornos del sueño. El tiempo despierto visible corresponde al intervalo entre el primer y último minuto dormido.