Marivel

Guía completa

Cada función explicada paso a paso,
con una imagen de cada pantalla.

Para Android e iPhone — las diferencias están claramente indicadas.

Guarda o imprime esta guía, o pásala a quien te ayuda.

Bienvenido

Marivel es una aplicación que te ayuda a tomar los medicamentos a su hora. La aplicación te recuerda los momentos justos, lleva la cuenta de las existencias que te quedan y puede — si lo deseas — avisar a un contacto cuando no confirmas una toma.

Esta guía parte de la base de que tienes poca o ninguna experiencia con los smartphones. Cada paso muestra una captura real de la aplicación, para que sepas exactamente qué buscar y dónde tocar.

Android o iPhone — por qué importa

Marivel existe como dos aplicaciones distintas: una para teléfonos Android (como Samsung) y otra para el iPhone. Hacen lo mismo, pero algunas pantallas se ven distintas o funcionan de forma algo diferente — sobre todo en los permisos y las notificaciones. Donde ocurre, esta guía tiene un recuadro aparte: **En Android** en verde, **En iPhone** en azul. Si no hay recuadro, la pantalla es igual en ambos dispositivos.

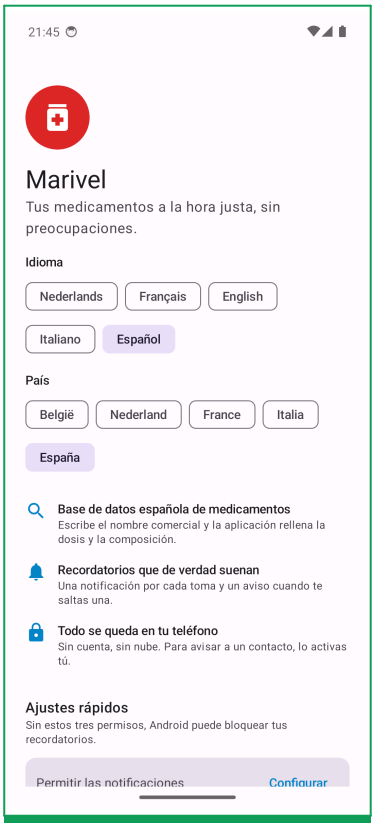
Qué necesitas

• Un teléfono Android o un iPhone, con la aplicación Marivel ya instalada.
• Acceso a internet una vez (wifi o datos móviles), para poder buscar en la lista de medicamentos al añadir uno. Después, la aplicación también funciona sin internet.
• Sin cuenta, sin contraseña, sin dirección de correo. Por defecto todo se queda en tu dispositivo.

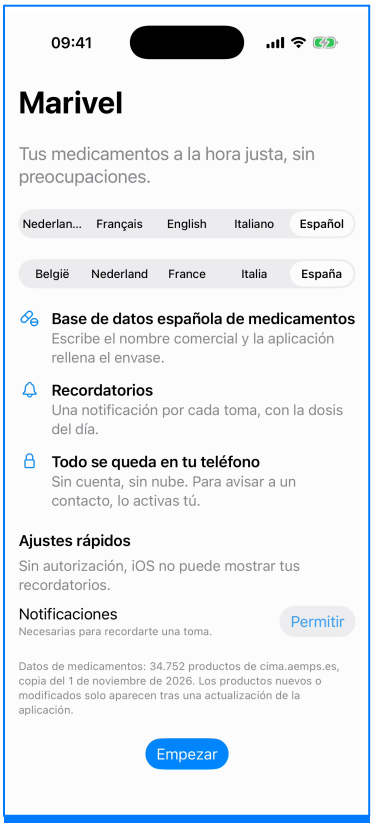
1 Abrir la aplicación: idioma y país

La primera vez que abres la aplicación ves esta pantalla de bienvenida. Arriba eliges tu idioma (neerlandés, francés, inglés, italiano o español) y debajo el país cuya lista de medicamentos se usará. Si vives en España, elige **España**; esto determina qué medicamentos reconoce la aplicación cuando más adelante busques uno.

Debajo de la elección de idioma y país, la aplicación explica brevemente qué hace: la base de datos de medicamentos, los recordatorios y que todo se queda en tu dispositivo.



ANDROID — Pantalla de bienvenida



IPHONE — Pantalla de bienvenida

Esta pantalla es casi idéntica en Android y iPhone. Siempre puedes cambiar más adelante la elección de idioma y país, en la pestaña *Resumen*.

2 Conceder los permisos

Al final de la pantalla de bienvenida, la aplicación pide algunos permisos. Sin ellos, el propio teléfono puede bloquear tus recordatorios — por eso es importante concederlos todos. Es también la mayor diferencia entre Android y iPhone.

EN ANDROID — tres permisos

Android pide **tres** permisos distintos, cada uno con su botón «Configurar»:

1. **Permitir las notificaciones** — sin esto, el teléfono no muestra ningún recordatorio.
2. **Permitir las alarmas exactas** — si no, un recordatorio puede sonar demasiado tarde.
3. **Desactivar la optimización de la batería** — si no, Android puede «dormir la aplicación» durante la noche y hacer que falle un recordatorio.

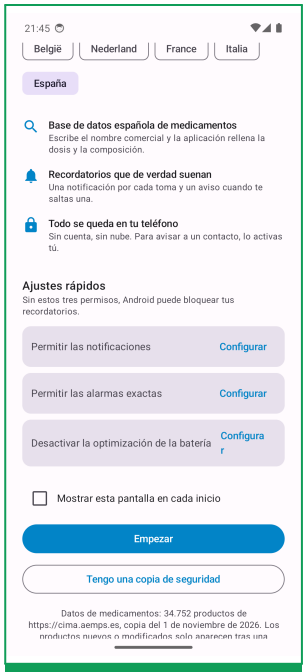
Toca cada botón «Configurar», permítelo en la ventana que aparece y vuelve a la aplicación. Para la gestión de la batería, Android abre la lista de optimización: elige «Todas las aplicaciones» arriba, busca Marivel, tócala y elige «No optimizar». Una marca verde confirma que ha funcionado.

EN IPHONE — un permiso

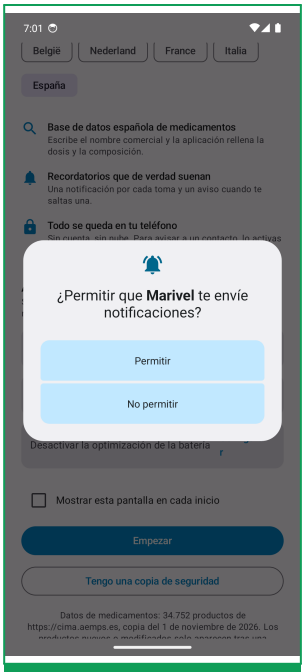
El iPhone pide solo **un** permiso: **Notificaciones**. Toca «Permitir» — el iPhone muestra entonces su propia ventana del sistema («Marivel quiere enviarte notificaciones»), donde tocas de nuevo «Permitir».

Las alarmas exactas y la gestión de la batería no existen como conceptos separados en el iPhone — se ocupa el sistema operativo, en cuanto las Notificaciones están activadas.

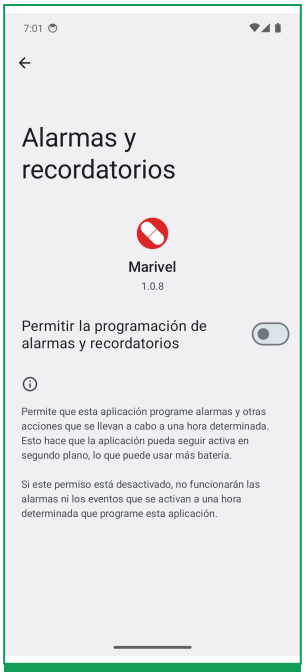
Capturas — Android



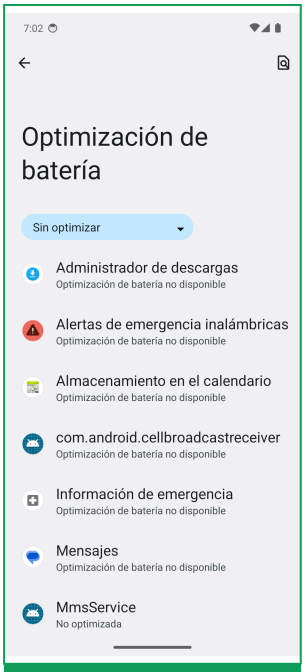
Los tres permisos



Ventana del sistema: Notificaciones

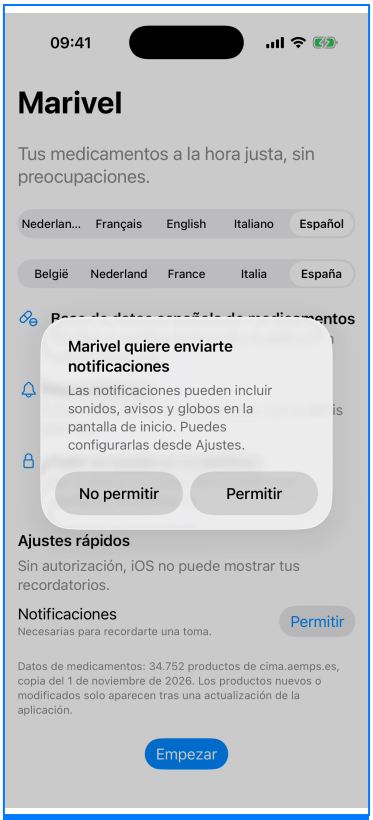


Pantalla del sistema: Alarmas



Pantalla del sistema: Batería

Captura — iPhone



Ventana del sistema de iOS

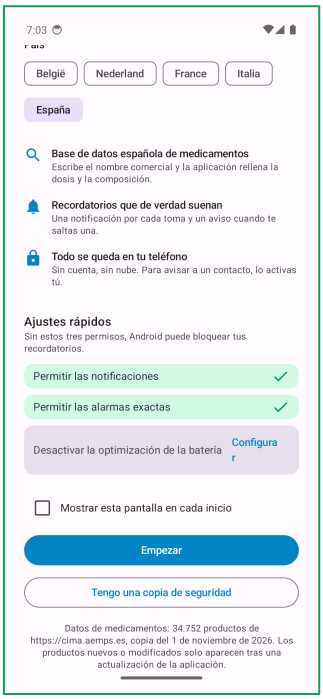


«Todo en orden» confirmado

Desactivar la optimización de la batería — paso a paso

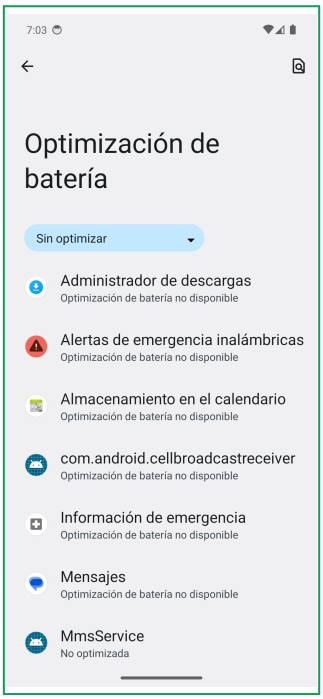
Android ahorra batería «durmiendo» las aplicaciones que llevan tiempo sin usarse. Si lo hace con Marivel, un recordatorio puede llegar tarde o no llegar. Por eso lo desactivas **una sola vez** para Marivel. Lleva aproximadamente un minuto. En algunos teléfonos las pantallas tienen nombres algo distintos; busca entonces la misma palabra.

Paso 1



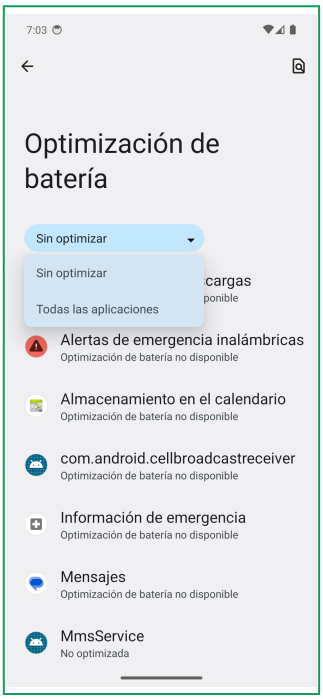
En Marivel: toca **Configurar** junto a «Desactivar la optimización de la batería».

Paso 2



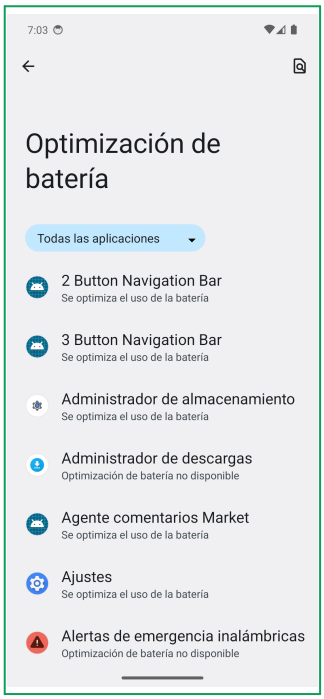
Se abre la pantalla **Optimización de la batería**. Toca **Sin optimizar** arriba (el texto exacto puede variar según el teléfono).

Paso 3

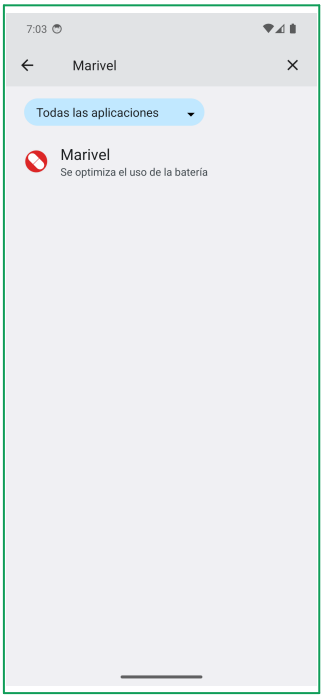
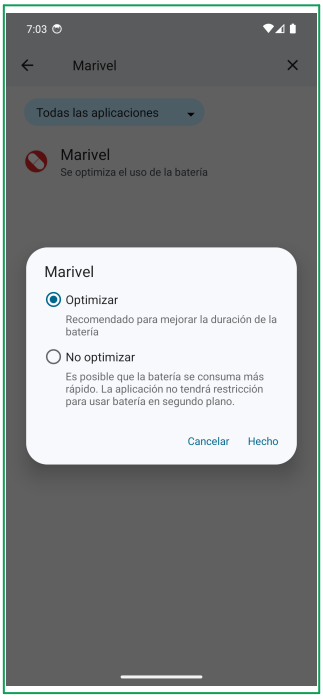
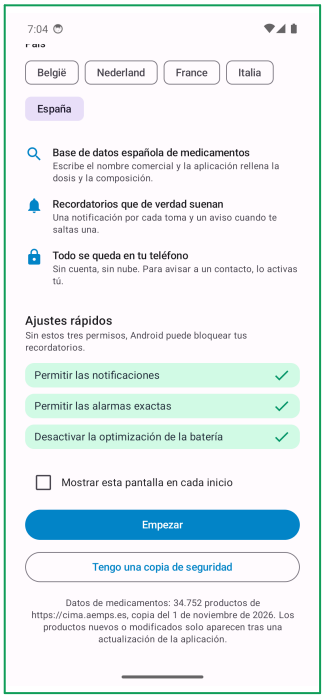


Se abre un pequeño menú. Elige **Todas las aplicaciones**.

Paso 4



Ahora todas las aplicaciones del teléfono están en la lista. No te desplaces: toca la **lupa** arriba a la derecha y escribe la palabra **Marivel**.

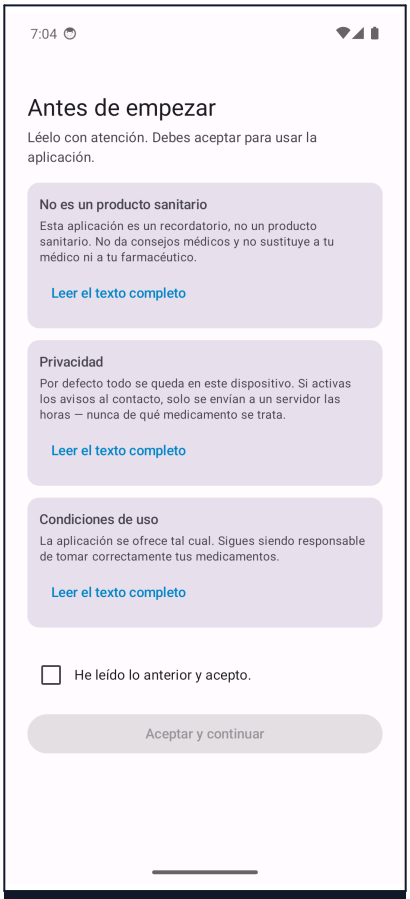
Paso 5	Paso 6	Paso 7	Paso 8
			
Solo queda una aplicación. Toca **Marivel** en la lista.	Aparece una ventana. Toca **No optimizar**.	Toca **Hecho** abajo a la derecha. Bajo Marivel ahora aparece «No optimizada».	Vuelve a Marivel (flecha atrás arriba a la izquierda, varias veces). Junto a «Desactivar la optimización de la batería» hay ahora una **marca verde**. ¡Hecho!

¿No funciona? Los nombres cambian de una marca a otra (Samsung: «Batería» y «Sin restricciones»; Xiaomi: «Ahorro de batería» y «Sin restricciones»). Busca «batería» en los ajustes del teléfono y después Marivel.

3 Aceptar las condiciones

Tras la pantalla de bienvenida, la aplicación muestra tres tarjetas breves: que Marivel **no es un producto sanitario** (no sustituye a tu médico ni a tu farmacéutico), cómo trata la aplicación tu **privacidad** y las **condiciones de uso**. En cada tarjeta puedes tocar «Leer el texto completo» para más detalle.

Abajo, marca «He leído lo anterior y acepto» y toca «Aceptar y continuar». Sin hacerlo no puedes usar la aplicación.



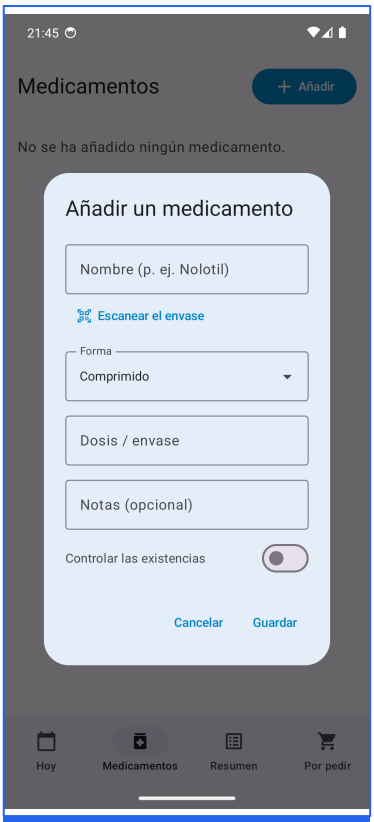
Antes de empezar

Esta pantalla es idéntica en Android y iPhone y aparece en el idioma de la aplicación.

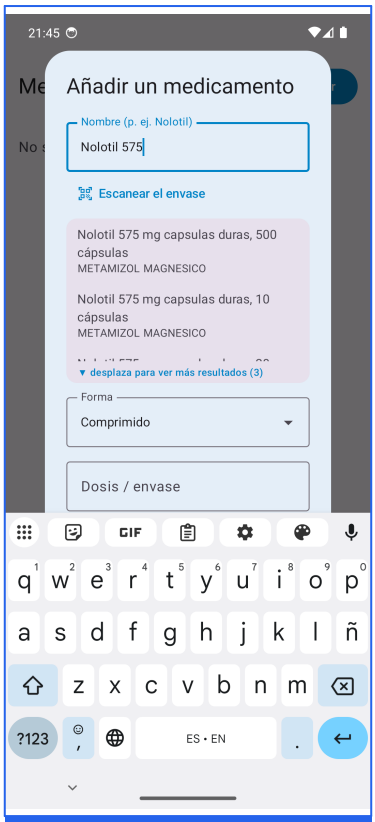
4 Añadir un medicamento

Ve a la pestaña **Medicamentos** de abajo y toca «Añadir». Escribe el nombre de tu medicamento (por ejemplo «Nolotil») en el campo del nombre. Mientras escribes, la aplicación muestra enseguida una lista de productos de la base de datos oficial de medicamentos del país elegido. Toca el producto correcto: la aplicación rellena sola la dosis, el envase y la composición.

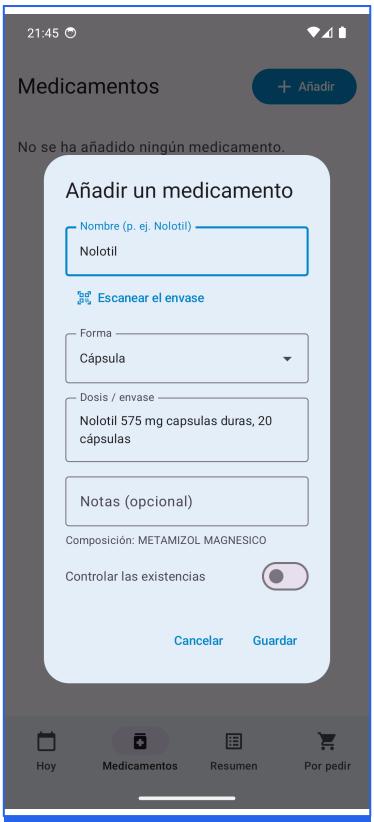
Si nada coincide con lo que buscas, también puedes rellenar todos los campos a mano.



Formulario vacío



Mientras escribes



Rellenado automáticamente

Escanear el envase (Bélgica, Francia y España)

En estos países también puedes tocar «Escanear el envase» y apuntar con la cámara al código de barras de la caja. La aplicación busca entonces sola el nombre. En los Países Bajos y en Italia este botón no existe: esas fuentes de datos de medicamentos no tienen vínculo con el código de barras.

Tras guardarlo, tu medicamento aparece como una tarjeta en la lista, con dos pasos siguientes: *mantener las existencias al día* y *añadir una pauta*.



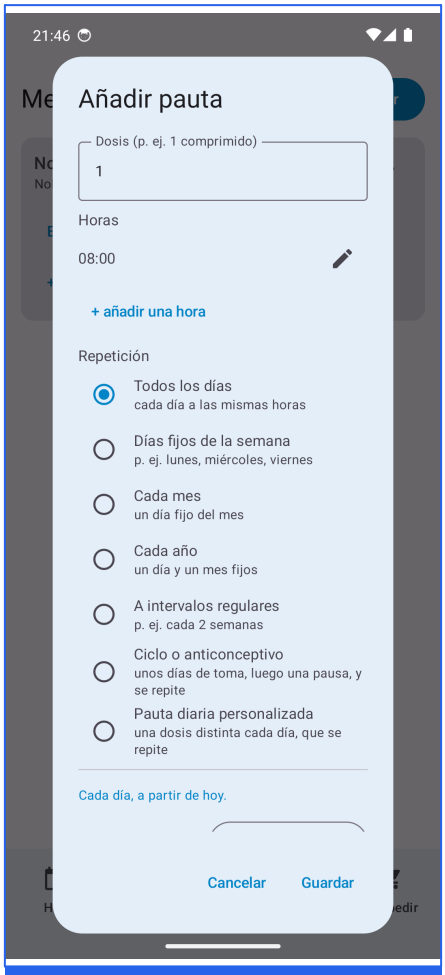
Toda esta pantalla — incluidas la búsqueda y el escaneo — funciona de forma idéntica en Android e iPhone.

5 Configurar una pauta de toma

Toca «+ Añadir pauta» junto a tu medicamento. Rellena la dosis (por ejemplo «1 comprimido») y la hora — toca el lápiz junto a la hora para cambiarla. Con «+ añadir una hora» también puedes fijar varios momentos al día.

Luego elige cada cuánto se repite la dosis:

- **Todos los días** — a las mismas horas
- **Días fijos de la semana** — por ejemplo solo lunes, miércoles, viernes
- **Cada mes** o **Cada año** — en una fecha fija
- **A intervalos regulares** — por ejemplo cada 2 semanas
- **Ciclo o anticonceptivo** — unos días de toma, luego una pausa, y se repite
- **Pauta diaria personalizada** — una dosis que varía de un día a otro y sigue repitiéndose

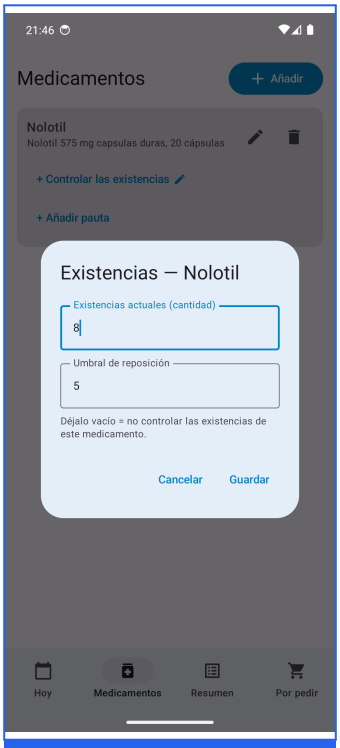


Todas las opciones de repetición

Esta pantalla también es idéntica en Android e iPhone.

6 Mantener las existencias al día

Toca «+ Controlar las existencias» junto a tu medicamento para indicar cuántas unidades te quedan y a partir de qué número quieres que te avisen de reponer (el «umbral de reposición», 5 por defecto). Cada vez que confirmas una toma, la aplicación descuenta automáticamente una unidad.



Configurar las existencias

En cuanto las existencias llegan o bajan del umbral, la aplicación te envía automáticamente una notificación — aunque no tengas la aplicación abierta. Entonces también encontrarás ese medicamento en la pestaña «Por pedir» (en iPhone «Pedidos»; paso 8, más adelante). Si repones tú mismo las existencias por encima del umbral, la notificación solo vuelve a aparecer en la siguiente bajada.

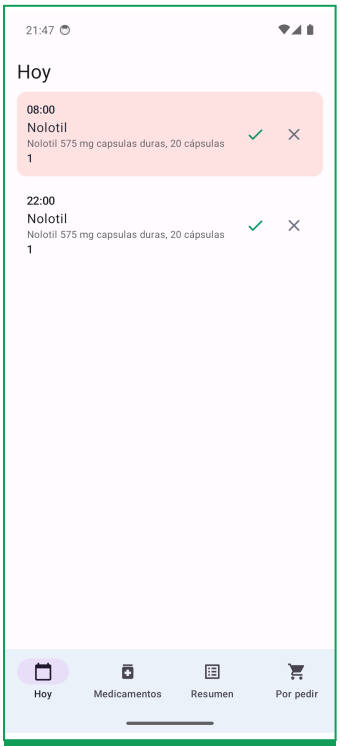
Esta notificación de existencias, y el propio control de las existencias, funcionan de forma idéntica en Android e iPhone.

7 Confirmar una toma

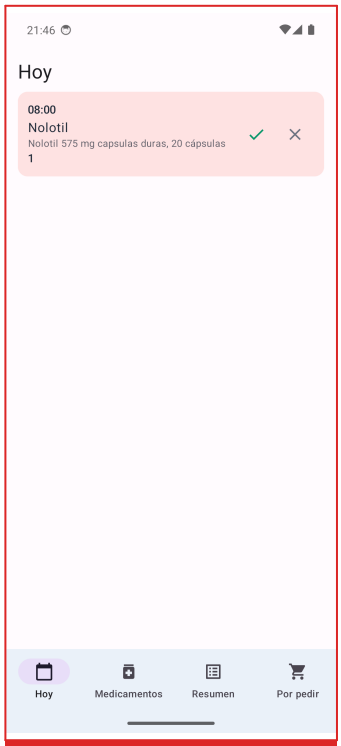
La pestaña **Hoy** muestra todo lo que hay que tomar hoy, por orden de hora. Cuando llega el momento, el teléfono envía una notificación. Puedes confirmar una toma en tres sitios: directamente desde la notificación, o en la propia aplicación tocando la marca (tomado) o la cruz (omitido).

Si no respondes en un cuarto de hora desde la hora prevista, la propia aplicación marca esa toma como «No tomado» — así tu resumen se mantiene exacto y un posible contacto se entera de que algo ha ido mal.

Mientras una toma aún no ha llegado («pendiente»), en la aplicación aparecen junto a la fila dos botones: una marca verde para marcarla como tomada, una cruz para omitirla. Si la hora ya ha pasado sin respuesta, esos mismos botones siguen visibles — pero la fila se vuelve amarillo claro como advertencia — hasta que pasa el límite del cuarto de hora mencionado y la toma pasa a «No tomado».



Pendiente — botones visibles



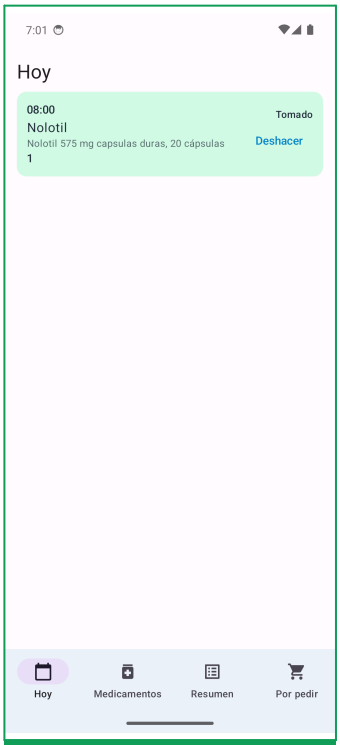
Tras un cuarto de hora: No tomado

Demasiado pronto. Si tocas la marca de una toma prevista dentro de más de 30 minutos, la aplicación pregunta primero. Si confirmas ahora una toma así, a la hora prevista no habrá ningún recordatorio y un posible contacto pensará que todo está hecho. Elige «Confirmar de todos modos» para continuar, o «Cancelar» si fue un error.

¿Marcado por error? Cuando una toma está marcada como tomada u omitida, a la derecha aparece el botón **Deshacer**. Devuelve la toma al estado abierto: las existencias se restablecen, el recordatorio se restablece y el servidor del contacto también se entera de que la toma vuelve a estar abierta.



Demasiado pronto: la aplicación pregunta primero



Marcado por error: Deshacer

EN ANDROID — botones visibles al instante

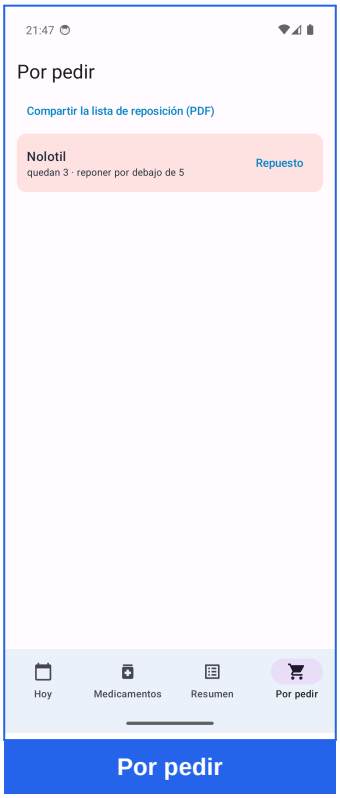
La propia notificación muestra enseguida **tres botones** bajo el texto: **Tomado**, **Omitir** y **Aplazar 15 min**. Los tocas directamente, sin tener que abrir la aplicación.

EN IPHONE — desliza o mantén pulsado

En el iPhone primero tienes que **deslizar la notificación hacia la izquierda** o **mantenerla pulsada** un momento — aparecen entonces los mismos tres botones: Tomado, Omitir, Aplazar 15 min. Un simple toque breve en la notificación abre la aplicación con una pequeña ventana donde puedes hacer la misma elección.

8 Pestaña Por pedir

Esta pestaña (en iPhone se llama «Pedidos») muestra solo los medicamentos cuyas existencias están en o por debajo del umbral de reposición — exactamente lo que pronto tendrás que reponer. Si no hay nada que pedir, lo dice sin más. Arriba puedes reenviar la lista con «Compartir la lista de reposición (PDF)», por ejemplo a quien hace la compra por ti.



Idéntica en Android e iPhone.

9 Pestaña Resumen

Esta pestaña reúne todo lo que solo necesitas de vez en cuando: la explicación, la adherencia, la copia de seguridad, el resumen de medicamentos para tu médico, el servidor del contacto y la elección de idioma y país.

Adherencia al tratamiento

Arriba ves enseguida qué porcentaje de tus tomas de la última semana y del último mes se hizo a tiempo — por ejemplo «18 tomas de 21 a tiempo · 86%». Así no tienes que repasar tú una larga lista de tomas para saber cómo van las cosas. Si en el periodo elegido aún no ha llegado ninguna toma, la aplicación lo dice con honestidad, en lugar de mostrar una cifra engañosa.

Crear y restaurar una copia de seguridad

En «Datos», «Exportar la copia de seguridad» escribe todos tus medicamentos, pautas e historial de tomas en un único archivo — por ejemplo para conservarlo al cambiar de teléfono. La aplicación te pide entonces elegir una **contraseña**: sirve para cifrar el archivo, porque podría acabar en una tarjeta SD, un lápiz USB o en la nube, y esos no son lugares para datos médicos en claro y legibles. **Recuerda bien esta contraseña** — sin ella la copia no se puede restaurar y no hay forma de recuperarla después.

«Restaurar la copia de seguridad» hace lo contrario: elige el archivo guardado, escribe la contraseña y todos los datos actuales se sustituyen por los de la copia.

Compartir una copia entre Android e iPhone

Una copia hecha en Android se puede restaurar en principio en un iPhone, y viceversa — por ejemplo al cambiar de marca de teléfono. La contraseña sigue siendo la misma.

Compartir el resumen de medicamentos

Crea una hoja clara con todos tus medicamentos y sus pautas, por orden alfabético — práctica para entregar a tu médico, a tu farmacéutico o al enfermero a domicilio. Si introduces un nombre, aparece en la hoja; si lo dejas vacío, nada en la hoja te identifica.

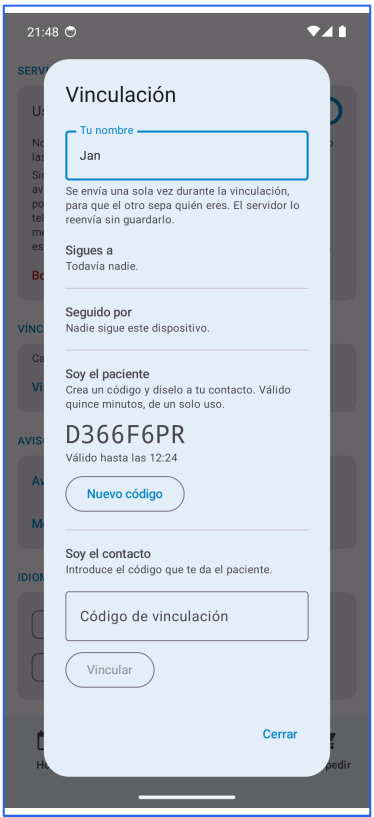
Servidor del contacto

Permite avisar a un contacto (por ejemplo un hijo o quien te cuida) cuando una toma no se confirma — aunque en ese momento tu teléfono esté apagado. Nunca se envían nombres de medicamentos ni dosis, solo las horas en que se esperaba una toma y si se confirmó.

IMPORTANTE — solo afecta al aviso de toma no realizada

El interruptor «Usar el servidor del contacto» está **desactivado** por defecto. Mientras esté desactivado, la aplicación sigue llevando tu pauta y tus recordatorios normales para tomar un medicamento — la notificación a la hora prevista, con Tomado/Omitir/Aplazar — **siguen funcionando como siempre**, en este dispositivo. Lo que no ocurre: **no se avisa aparte a nadie** — ni siquiera a ti — cuando un recordatorio así queda sin respuesta. Si quieres que tu contacto (o tú mismo, como contacto de tu propio dispositivo) reciba ese aviso aparte por una toma no realizada, este interruptor debe estar activado Y la vinculación de abajo debe estar completada. Vale para ambos lados de la vinculación.

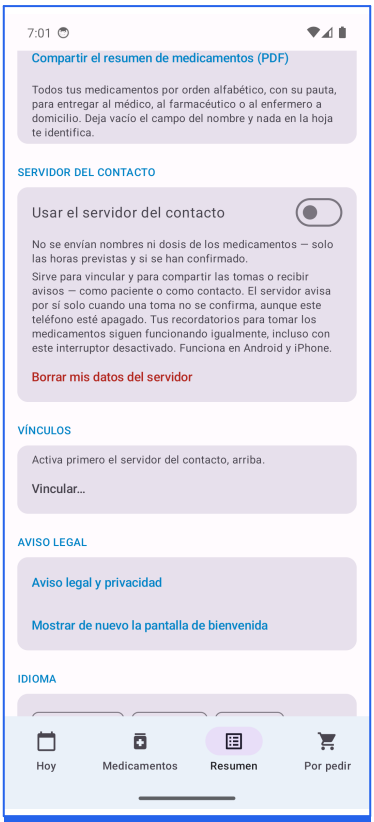
Activa el interruptor y toca «Vincular…» para vincular los dos dispositivos entre sí con un código. Un lado elige «Soy el paciente» y toca «Crear un código» — ese código vale quince minutos y se puede usar una sola vez. El otro lado elige «Soy el contacto», escribe ese código en el campo «Código de vinculación» y toca «Vincular». Funciona entre dos dispositivos Android, dos iPhone o una mezcla de ambos.



Vinculación: crear un código

Borrar tus datos del servidor

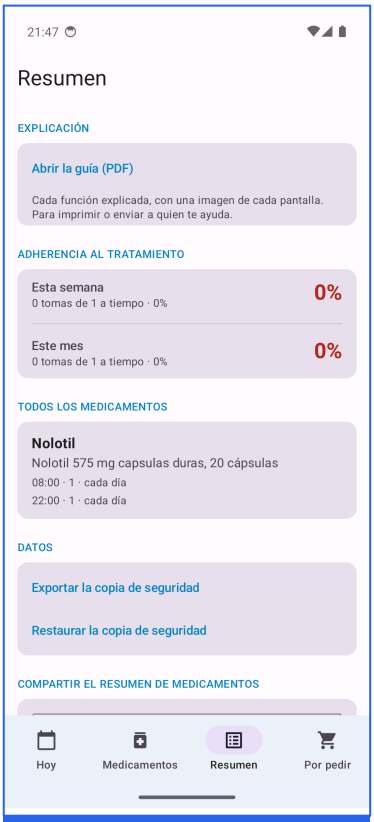
Debajo del interruptor está el botón rojo **Borrar mis datos del servidor**. Tras tu confirmación, elimina del servidor el ID de este dispositivo, tus vinculaciones y todas las horas previstas y confirmaciones de este dispositivo, y desactiva el servidor. Tus medicamentos y recordatorios del teléfono se conservan; un contacto ya no recibirá avisos. Funciona también cuando el servidor está desactivado. Si falla, por ejemplo sin internet, la aplicación lo indica: inténtalo de nuevo más tarde.



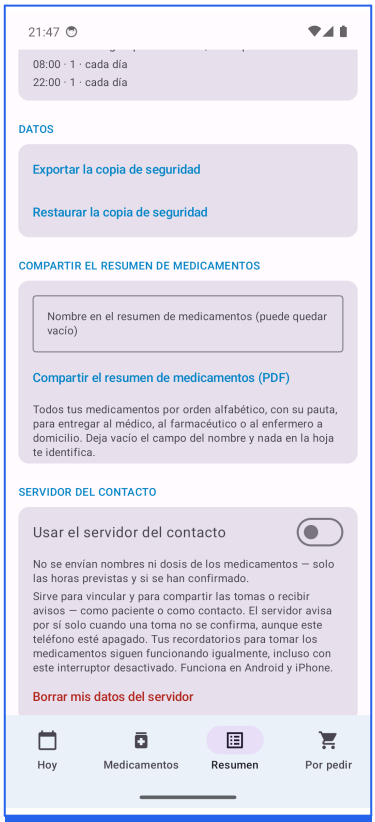
El botón rojo en el bloque Servidor del contacto

Cambiar el idioma y el país

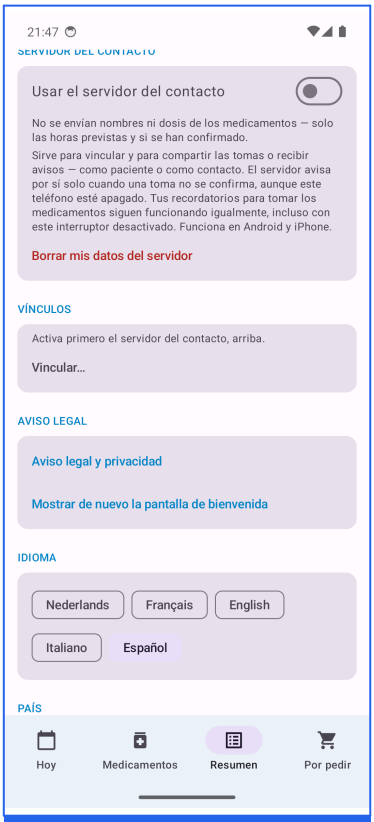
Abajo puedes elegir de nuevo en cualquier momento tu idioma y tu país — esto solo cambia la lista de medicamentos usada en la búsqueda. Tus medicamentos y tus pautas se quedan exactamente como estaban.



Adherencia al tratamiento



Datos y compartir



Servidor del contacto

Toda la pestaña — incluidas la adherencia y la copia cifrada — funciona y se ve igual en Android e iPhone.

10 El widget de la pantalla de inicio

Además de la notificación a la hora prevista, Marivel ofrece también un widget: un pequeño panel que colocas en tu pantalla de inicio y que muestra siempre tu próxima toma — sin abrir la aplicación. Muestra la hora, el nombre del medicamento, la dosis y la cantidad (por ejemplo «500 mg · 1 comprimido») y las notas que hayas añadido a ese medicamento. Si las existencias están en o por debajo del umbral de reposición, el widget lo indica. Desde el propio widget puedes tocar directamente «Tomado», «Aplazar» u «Omitir», igual que desde la notificación. Los botones solo aparecen treinta minutos antes de la hora prevista; antes de eso el widget solo muestra la dosis, para que no marques por error por la mañana una pastilla de la noche.

El widget no aparece solo — lo añades una vez a tu pantalla de inicio, igual que cualquier otro widget de tu dispositivo.



Así es el widget, entre tus otras aplicaciones en la pantalla de inicio



De cerca: hora, nombre, cantidad, nota, medicamento por pedir y los botones

EN ANDROID — añadir el widget

1. Mantén pulsado un espacio vacío de la pantalla de inicio hasta que aparezca un menú.
2. Toca «Widgets».
3. Busca **Marivel** en la lista y mantén pulsado el widget.
4. Arrástralo a un espacio vacío de la pantalla de inicio y suéltalo.

Una vez colocado, puedes arrastrar las esquinas para hacer el widget más ancho o más alto, como cualquier otro widget. En algunos dispositivos y launchers el sistema no permite cualquier altura — es una limitación del dispositivo, no de la aplicación.

EN IPHONE — añadir el widget

1. Mantén pulsado un espacio vacío de la pantalla de inicio hasta que los iconos empiecen a «temblar».
2. Toca el signo **+** de arriba a la izquierda.
3. Busca **Marivel** en la lista de widgets.
4. Desliza a izquierda o derecha para elegir un tamaño (pequeño o mediano) y toca «Añadir widget».
5. Arrastra el widget al sitio que quieras y toca «OK».

¿Cada cuánto se actualiza el widget?

El widget se actualiza solo cada vez que algo cambia — una toma que confirmas, un medicamento nuevo, unas existencias modificadas — y también automáticamente cuando llega una nueva próxima toma. Nunca tienes que actualizarlo a mano.

Resumen: diferencias entre Android e iPhone

En casi todas las pantallas Marivel hace exactamente lo mismo en Android y en iPhone. Estos son los puntos en los que aún hay alguna diferencia.

Función	Android	iPhone
Permisos al inicio	Tres: notificaciones, alarmas exactas, gestión de la batería	Uno: notificaciones
Botones en la notificación	Visibles al instante, bajo la notificación	Aparecen tras deslizar o mantener pulsado
Escaneo del envase	Solo Bélgica, Francia o España	Solo Bélgica, Francia o España
Elegir dónde guardar el archivo de copia	Selector de archivos de Android	App Archivos de iOS
Todas las demás pantallas	Idénticas	Idénticas

¿Necesitas ayuda?

¿No lo entiendes del todo? Siempre puedes volver a ver la pantalla de bienvenida desde Resumen → «Mostrar de nuevo la pantalla de bienvenida», y esta guía también está en la aplicación, en Resumen → «Abrir la guía (PDF)».

Marivel es un recordatorio, no un producto sanitario. No da consejos médicos y no sustituye a tu médico ni a tu farmacéutico. Ante cualquier duda sobre tus medicamentos, consulta siempre a un médico o a un farmacéutico.