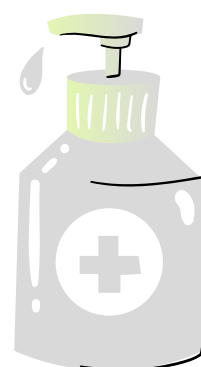


# MANUAL DE USUÁRIO

Para começar a usar o aplicativo, fornecemos um manual de quais preparações, cuidados e etapas voce deverá tomar, recomendamos já deixar os materiais próximos para o manuseio.

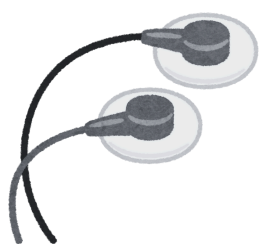
## ETAPA 1: PREPAROS COM A PELE

Antes de posicionar os eletrodos, use um gilete para depilar a área da pele com cuidado, após a depilação passe um algodão com álcool e espere o álcool evaporar da pele.



## ETAPA 2: POSICIONANDO OS ELETRODOS

Separe 3 eletrodos para o procedimento, dois deles se posicionarão no músculo desejado(membro superior) e o outro, de referência, localizado em uma área sem atividade muscular, de preferência próxima ao osso (ex: cotovelo)



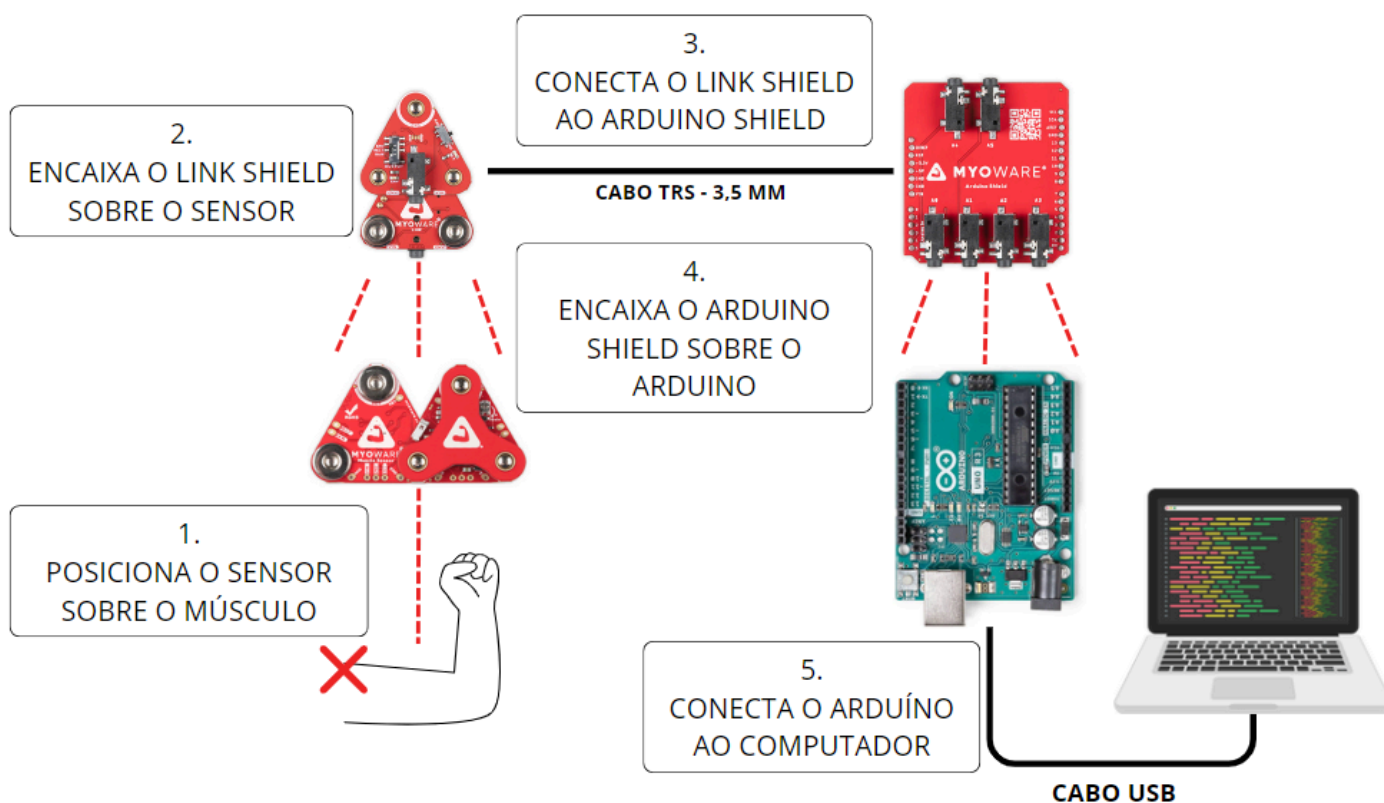
**OBS:** Para mais detalhes sobre uma área específica recomendamos acessar ao site do **SENIAM**, e caso esteja usando o sensor da **Myoware**, a página também possui seu manual próprio

## ETAPA 3: CONECTANDO AO APLICATIVO

Após posicionar os eletrodos:

1. Conecte o sensor sEMG nos dois eletrodos;
2. Conecte os cabos para a leitura do sinal;
3. Feitas as conexões apropriadas abra o nosso aplicativo para realizar a calibração.

**OBS:** Os sensores e dispositivos Myoware utilizam cabos TRS-TRS de 3,5 mm entre o Link Shield e o Arduino Shield.



## ETAPA 4: CALIBRANDO SENSOR NO APLICATIVO

Realize o login, acesse a aba **“SENSORES”** no menu esquerdo e aperte em +.

- **Escreva o nome** do sensor que deseja adicionar e **escolha a porta** que será feita a leitura.
- Fique posicionado em um local com espaço adequado para realizar contração muscular no músculo escolhido.
- Aperte em **“CALIBRAR”**
- Fique atento as orientações que aparecerão na tela, serão feitas **5 repetições** com **dois segundos de contração** e três segundos de relaxamento.
- Calibração salva.

The screenshot displays the application's main interface with a list of sensors on the left and a central modal for sensor calibration.

**Sensors List:**

- SENSOR: 1  
BICEPS
- SENSOR: 2  
BICEPS
- SENSOR: 3  
TRICEPS
- SENSOR: 4  
TRICEPS
- SENSOR: 5  
BICEPS

**MEU SENSOR Modal:**

**NOME DO SENSOR**  
SENSOR 1

**LIMITE DE ATIVAÇÃO (mV):**  
78

**MÚSCULO:**  
BÍCEPS

**SELECIONE A PORTA:**  
PORTA 1

**TECLADO (SELECIONE SUA TECLA):**  
W

**Buttons:** CALIBRAR E SALVAR, FECHAR

**Background Buttons:** CALIBRAR, DETALHES (for each sensor)

Para mais **detalhes** do **posicionamento dos eletrodos, preparação da pele** etc. Acesse a página oficial do **SENIAM** :  
<http://www.seniam.org/>

Para mais **detalhes** do **posicionamento dos sensores MyoWare, conexão** etc. Acesse a página oficial da **MyoWare** :  
[https://myoware.com/wp-content/uploads/2022/03/MyoWare\\_v2\\_AdvancedGuide-Updated.pdf](https://myoware.com/wp-content/uploads/2022/03/MyoWare_v2_AdvancedGuide-Updated.pdf)