Abstract

Somnul este o parte necesara si obligatorie a fiecărei zile din viața noastră, însă exista diferite afecțiuni ce pot afecta calitatea acestuia, odihna propriu-zisa, din timpul nopții si pot avea consecințe asupra vieții individului. Un indiciu al calității somnului este activitatea motorie sau mișcările pe care le facem in timpul somnului. Un studiu publicat in 2014, face o serie de observații care arata corelația între afecțiuni psihologice si lipsa somnului, cu creșterea mișcărilor in timpul somnului, studiu realizat pe grupuri de copii și adolescenți [1]. Dispozitivul prezentat în acest articol va monitoriza activitatea motorie din timpul somnului. Acesta este compus dintr-o placă de dezvoltare Arduino uno, o matrice de senzori de presiune și un PC. Dispozitivul va oferi informații despre numărul aproximativ al mișcărilor din timpul somnului, durata și momentul de timp în care apare cea mai mare activitate motorie.

Bibliografie

[1]- “Associations of Child Insomnia, Sleep Movement, and Their Persistence With

Mental Health Symptoms in Childhood and Adolescence”, autori: Jeffrey M. Armstrong, MS; Paula L. Ruttle, PhD; Marjorie H. Klein, PhD; Marilyn J. Essex, PhD; Ruth M. Benca, MD, PhD, publicat in “Sleep”, Vol. 37, nr. 5, 2014