**Recruitment social media post (Spanish version)**

¿Has sentido que tus hábitos de sueño cambiaron durante los periodos de cuarentena o de teletrabajo? Estamos tratando de entender como se afectó nuestro sueño durante la pandemia de COVID-19, ¡y necesitamos tu ayuda (y la de tu teléfono)! Si tienes 18 años o más de edad, y has utilizado un teléfono Android por al menos dos meses en el último año, puedes ayudar en nuestro proyecto en la Universidad de Washington (Estados Unidos). Puedes leer más aquí:

<https://delaiglesialab.github.io/DigitalRhythmsProject/Email_invitation>

o ir directamente a la página del estudio:

<https://delaiglesialab.github.io/DigitalRhythmsProject/>

**Recruitment email (Spanish version)**

¡Hola!

El laboratorio de Horacio de la Iglesia en el Departamento de Biología de la Universidad de Washington está buscando participantes para un proyecto de investigación. Estamos seguros de que todos hemos experimentado cambios en nuestros ritmos biológicos durante los periodos de cuarentena, y nuestro laboratorio está estudiando este fenómeno.

Además de nuestros estudios sobre los ciclos de sueño y vigilia durante la pandemia, también nos interesa saber cómo las rutinas y los horarios de trabajo pueden haber cambiado a su vez como resultado de los procesos de aislamiento. Como la pandemia por COVID-19 ha afectado nuestra capacidad de ir a trabajar en persona en la mayoría de los casos, mucha gente ha estado trabajando de forma remota durante el último año. Esto ha eliminado, hasta cierto punto, muchas de la presiones sociales para mantener rutinas fijas todos los días, y creemos que esto puede haber modificado nuestros horarios de sueño y actividad.

Estamos buscando voluntarios de 18 o más años de edad que utilicen teléfonos Android y que estén o hayan estado trabajando de forma remota en algún momento de este último año, que puedan completar una pequeña encuesta y proveernos con los *metadatos* de su teléfono, que nos permitirán estudiar los cambios en las rutinas a lo largo de la pandemia. Para participar del estudio se requiere:

1. Firmar un consentimiento informado, que será totalmente online, por obvias razones.
2. Completar una pequeña encuesta con preguntas acerca de rutinas diarias y hábitos de trabajo.
3. Enviarnos un archivo conteniendo los datos de días y horas de uso de aplicaciones en Android de los últimos 2 a 12 meses (dependiendo de cuánto tiempo hayas utilizado tu teléfono). Hemos establecido un mecanismo para que cada participante pueda descargar sus propios datos de uso de aplicaciones por sí mismo para luego compartirlos con nosotros – pero no le pediremos que comparta ningún tipo de datos sensibles más que los días y horas del uso de aplicaciones, y ofrecemos también un mecanismo adicional que permite al usuario remover todos los nombres de las aplicaciones de dicho archivo de datos.

La participación en este estudio podría requerir alrededor de una hora, cómo máximo, si se lo realiza de forma continua, **PERO la mayor parte de este tiempo transcurrirá esperando el proceso del archivo de datos por parte del servidor de Google.** Tu participación efectiva no debiera superar los 20 a 30 minutos. Además, no es necesario completar todos los pasos en una única sesión.

Lamentablemente, no podemos ofrecer compensación por la participación en este estudio y la misma es completamente voluntaria.

Existe un riesgo potencial de que un tercero pueda romper la confidencialidad del estudio. Todos los datos se guardarán por separado a cualquier dato identificatorio y solo unidas por un código tan pronto como sean descargados, por lo que nadie puede saber a quién corresponde cada archivo de datos, excepto la persona a cargo de la de-identificación, la cual será un investigador de nuestro equipo. Entendemos la preocupación acerca de la privacidad asociadas a la descarga de estos datos, y por ello hemos diseñado protocolos para proteger su privacidad y estamos encantados de proporcionar más información acerca de estos si así lo desea.

Creemos que este es un proyecto importante porque puede proporcionar información relevante acerca de cómo las personas se adaptan a situaciones difíciles como esta, y cómo diferentes condiciones ambientales pueden afectar nuestra respuesta a los periodos de aislamiento, hábitos de trabajo y de sueño.

Si tiene preguntas acerca de esta investigación, o si cree que ha sufrido algún daño por haber participado, puede contactar a alguno de los investigadores listados abajo. Si tiene preguntas acerca de sus derechos como participante en este estudio, puede llamar la División de Sujetos Humanos de estudio al +1(206) 543-0098 o por cobro revertido al +1(206) 221-5940.

Siéntase libre de compartir esta información. Los interesados en participar pueden contactar al equipo de investigación o dirigirse directamente a la página web del estudio:

<https://delaiglesialab.github.io/DigitalRhythmsProject/>

Leandro Casiraghi: lcasira@uw.edu

Horacio de la Iglesia: horaciod@uw.edu

¡Muchas gracias!