

Jul 29, 2024

Acompanhamento da coleta actigráfica

DOI

dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bp2l61651vqe/v1

Alicia Rafaelly Vilefort Sales¹, Daniel Vartanian¹, Maria Augusta Medeiros Andrade¹

¹University of Sao Paulo



Alicia Rafaelly Vilefort Sales

Universidade de São Paulo

OPEN  ACCESS



DOI: **dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bp2l61651vqe/v1**

Protocol Citation: Alicia Rafaelly Vilefort Sales, Daniel Vartanian, Maria Augusta Medeiros Andrade 2024. Acompanhamento da coleta actigráfica. **protocols.io** **<https://dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bp2l61651vqe/v1>**

License: This is an open access protocol distributed under the terms of the **[Creative Commons Attribution License](#)**, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited

Protocol status: Working

We use this protocol and it's working

Created: July 14, 2022

Last Modified: July 29, 2024

Protocol Integer ID: 66724

Keywords: sono, cronobiologia, gravidez, gestação, obstetrícia, actigrafia, each, escola de artes ciências e humanidades, usp, universidade de sao paulo

Abstract

Este protocolo foi desenhado para o processo de coleta de dados do projeto de pesquisa *Sono e Gravidez*. Consulte a aba *Guidelines* para visualizar o fluxograma do processo como um todo.

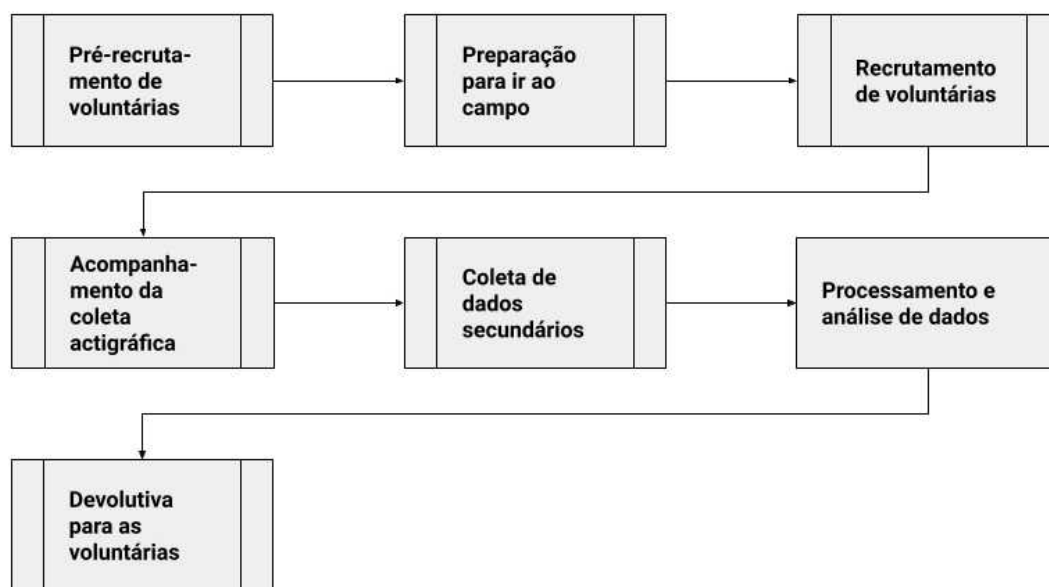
Caso tenha dúvidas ou sugestões, entre em contato com um dos autores.

This protocol was designed for the data collection process of the research project *Sleep and Pregnancy*. See the *Guidelines* tab to view the process flowchart as a whole.

If you have any questions or suggestions, please contact one of the authors.

Guidelines

O processo de coleta de dados deste projeto segue o seguinte fluxograma.



Fluxograma do processo de coleta do projeto *Sono e Gravidez*.

Com exceção da etapa *Processamento e análise de dados*, todas as etapas possuem protocolos próprios.



Before start

ATENÇÃO

- Leia o procedimento por completo antes de iniciá-lo.
- O contato on-line com as voluntárias deve ser realizado somente entre às 10h e 18h e pelo pesquisador(a) responsável.
- Evite atritos com as voluntárias.
- Tenha tudo à mão antes de iniciar qualquer procedimento de abordagem. Não deixe a voluntária esperando!
- Com exceção do primeiro procedimento de abordagem, todas as comunicações com a voluntária devem ser realizadas pelo WhatsApp ou telefone.
- Os roteiros que serão apresentados são apenas modelos, não é necessário segui-los à risca. Adapte-os conforme o contexto apresentado. Apesar disso, todas as orientações devem ser transmitidas e todas as informações devem ser coletadas.

Tenha à mão os seguintes materiais antes de iniciar a abordagem:

- Acesso à internet estável em seu smartphone ou computador.
- Smartphone ou computador com bateria acima de 50% de carga.



Preparo

- 1 Confirme para a equipe de pesquisa que o recrutamento foi bem sucedido.
- 2 Envie o nome completo da voluntária para que a pesquisadora responsável possa adicionar o número dela no WhatsApp do projeto.
- 3 Envie uma mensagem para a voluntária informando-a que a comunicação, o acompanhamento e o envio do diário de sono serão realizados por meio deste contato.

Note

Speech sugerido

Olá, [NOME DA VOLUNTÁRIA], como você está?

Aqui é a [SEU NOME], da equipe do projeto sobre Sono e Gravidez, o qual você está participando como voluntária.

Iremos fazer o acompanhamento e o envio do diário de sono por esse contato. Por favor, sinta-se à vontade para nos enviar quaisquer dúvidas ou questões que possam surgir.

Muito obrigada por fazer parte do projeto!!

- 3.1 Envie um lembrete para a voluntária sobre os momentos que é importante ela apertar o botão de evento:

**Note****Speech sugerido**

Lembrete:

Por favor, use o actígrafo (aparelho semelhante a um relógio) durante o dia e noite e aperte o botão do actígrafo:

- quando for dormir ou tirar um cochilo
- quando acordar do sono ou cochilo
- quando acordar no meio do sono (nos despertares)
- quando precisar retirar e colocar o actígrafo no braço

IMPORTANTE

Apesar de ser um speech é importante que o conteúdo dessas perguntas sejam enviadas para a voluntária.

4 Prepare os disparos do diário de sono

- Abra o formulário de campo que a voluntária respondeu no recrutamento
- Adicione o número de telefone dela no WhatsApp do projeto
- Abra o Aplicativo de disparo das mensagens
- Veja no formulário de campo o horário que geralmente a voluntária acorda
- Programe para que ela receba o link do diário de sono todos os dias

Note

Esta etapa é realizada pela pesquisadora que está com o celular do projeto.

Se você tem acesso apenas ao WhatsApp Web, certifique-se que esta etapa foi realizada pela responsável.

Acompanhamento**5** Certifique-se que a voluntária esteja recebendo o diário de sono todos os dias.**6** Entre no WhatsApp Web do projeto pelo menos uma vez por dia e verifique se não há mensagens com dúvidas sobre a pesquisa e o uso do actígrafo.

- 7 Envie uma mensagem de acompanhamento para a voluntária ao menos uma vez por semana e pergunte sobre o andamento da coleta.

Note**Speech sugerido**

Olá, [NOME DA VOLUNTÁRIA], como você está?

Aqui é a [SEU NOME], do projeto sobre Sono e Gravidez que você está participando como voluntária. Gostaria de saber:

1- Como está sendo o uso do actígrafo (aparelho semelhante a um relógio)?

2- Você está sentindo algum desconforto ou alergia?

3- O actígrafo está emitindo o "bip" (som) quando você aperta o botão de evento?

4- Você está com alguma dúvida sobre a pesquisa?

IMPORTANTE

Apesar de ser um speech é importante que o conteúdo dessas perguntas sejam enviadas para a voluntária.

- 7.1 Se a voluntária relatou que parou de ouvir o "bip", discuta com a equipe de pesquisa sobre a continuidade da coleta.

Note

Geralmente:

Caso a voluntária possua uma idade gestacional > 38 semanas: será recolhido o actígrafo.

Caso a voluntária possua uma idade gestacional < 38 semanas: será realizado a **TROCA** do actígrafo e recomeçada a coleta.

- 7.2 Se a voluntária relatou a presença de alergia pelo uso do actígrafo, discuta com a equipe de pesquisa sobre a continuidade da coleta.

Note

Geralmente a coleta será interrompida e será preciso combinar a retirada do actígrafo.

8 Instrua a gestante quanto ao início do trabalho de parto.**Note****Speech sugerido**

Após o bebê nascer nós iremos fazer algumas perguntas sobre o seu trabalho de parto. Não se preocupe, essas perguntas serão realizadas em um dia e horário que for melhor para você. Não queremos atrapalhar a sua nova rotina!

Nós iremos considerar como início do trabalho de parto quando você se encontrar com contrações regulares e rítmicas, que aumentam de intensidade e frequência e que não melhoram com o repouso.

Também iremos te fazer as seguintes perguntas:

1- Qual foi a data/hora que você se encontrou com contrações regulares e rítmicas, que aumentavam de intensidade e frequência e que não melhoravam com o repouso?

2- Qual foi a data/hora que você se encontrou com 2 contrações/hora (1 contração a cada 30 minutos)?

3- Qual foi a data/hora que você se encontrou com 4 contrações/hora (1 contração a cada 15 minutos)?

4- Qual foi a data/hora que você se encontrou com 8 contrações/hora (1 contração a cada 7,5 minutos)?

5- Qual foi a data/hora que você se encontrou com 20 contrações/hora (1 contração a cada 3 minutos)?

6- Qual foi a data/hora que o seu bebê nasceu?

Se possível, anote ou peça para alguém anotar as datas e horas que você começar a ter essa frequência de contrações. Isso facilitará a comunicação e as respostas. No entanto, se isso não for possível, não se preocupe. Nossa prioridade é não interferir no seu trabalho de parto!

9 Fiquei atenta as seguintes situações que possam indicar que a gestação se encerrou:



Note

- 1- Interrupção do preenchimento do diário de sono;
 - 2- Parou de retornar as mensagens de acompanhamento semanal;
 - 3- Informação dada pela Casa de Parto.
- Caso haja suspeita de nascimento do bebê,

9.1 Caso haja suspeita de nascimento do bebê, converse com a voluntária:

Note

Speech sugerido

Olá, [NOME DA VOLUNTÁRIA], como você está?

Aqui é a [SEU NOME], do projeto sobre Sono e Gravidez que você está participando como voluntária. Gostaria de saber se você segue sendo acompanhada na Casa de Parto.

Por favor, lembre-se de nos informar quando o bebê nascer.

IMPORTANTE

Apesar de ser um speech é importante que o conteúdo dessas perguntas sejam enviadas para a voluntária.

Coleta de dados secundários

- 10 Confirmada que a gestação se encerrou, vá para o protocolo "Coleta de dados secundários e procedimentos pós-parto", disponível em:
<<https://www.protocols.io/private/FA39D1A34B8311EF80360A58A9FEAC02>>.