# Progetto DiAPAson

## Studio ecologico:
## stato di avanzamento ed accettabilità

*Cristina Zarbo, Ph.D.*
*IRCCS Fatebenefratelli, Brescia*

# DIAPASON: Studio ecologico

Valutare il **pattern di attività quotidiane** attraverso la metodologia **ESM** e **monitorare il livello di attività fisica** con un Actigrafo in un sottogruppo di pazienti ambulatoriali e residenziali e in controlli sani appaiati per sesso ed età

# Studio ecologico

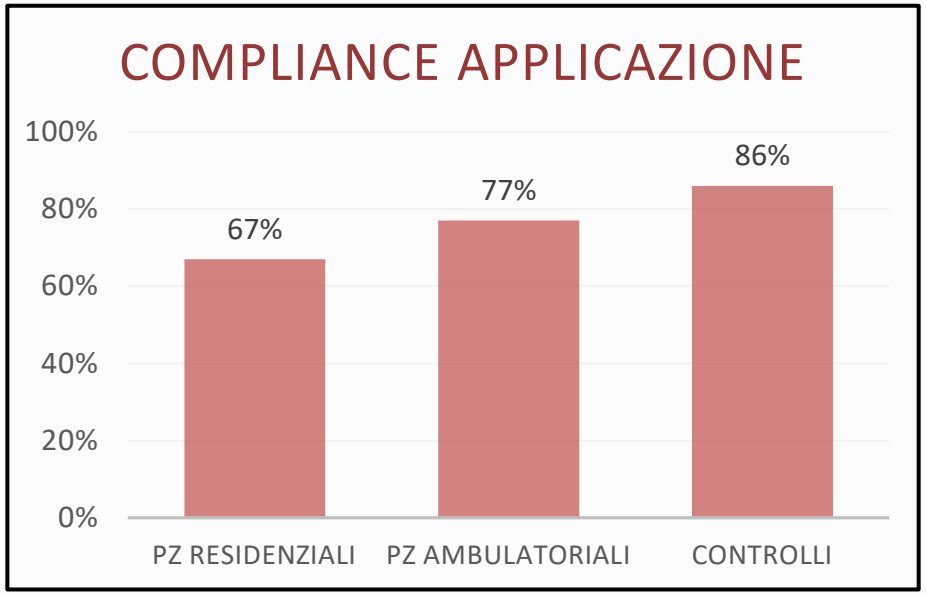
## Applicazione mobile

- Applicazione mobile sviluppata ad hoc
- Valuta:
  - attività svolta
  - se si è soli o in compagnia di altre persone
  - umore
- 8 volte al giorno in orari semi-randomizzati per 7 giorni

## Actigrafo

- Valutazione dei pattern di attività fisica e la qualità del sonno
- Da indossare per 7 giorni (h24)

# Compliance

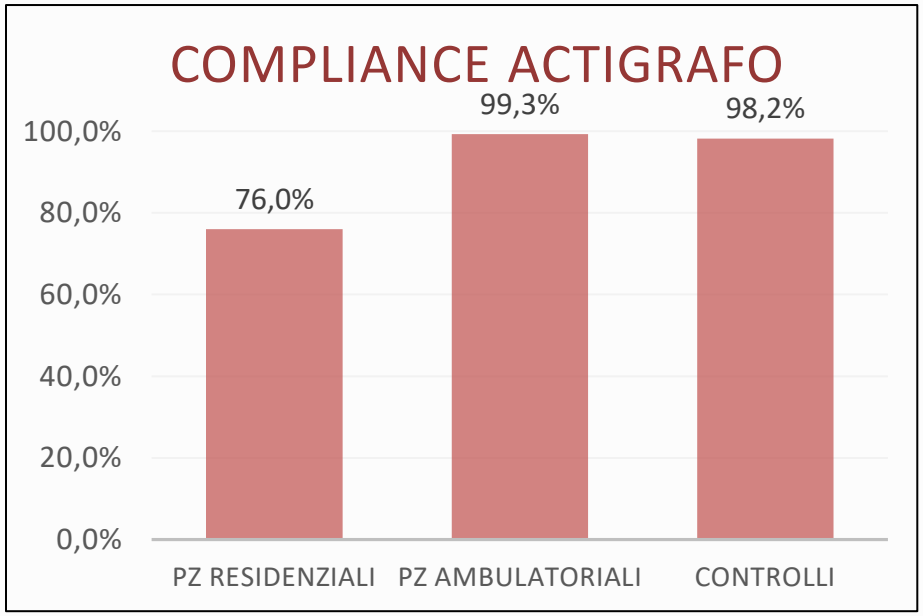



- Esclusa fascia serale 22-24
- N=8 esclusi per compliance <30%

*p*: .002

N=2 esclusi per wear time < 4 GG

*p*: <.001



# Usability

**APPLICAZIONE**
MEDIA:
47.02

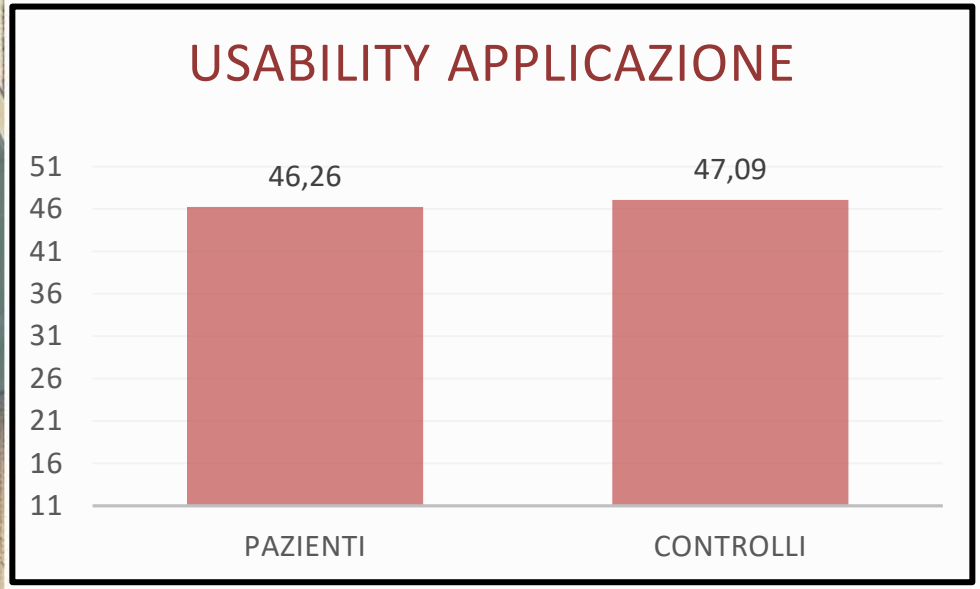
| Items | Mean |
|---|---|
| L'applicazione è stata **semplice** da utilizzare | 4.28 |
| È stato difficile rispondere in **tempo** alle notifiche dell'Applicazione | 2.95 |
| Il **numero di notifiche** al giorno è stato accettabile | 4.23 |
| Ho impiegato troppo tempo a rispondere alle domande | 1.74 |
| L'applicazione mi ha **interrotto** troppe volte durante le mie attività quotidiane | 1.93 |
| È stato semplice imparare ad utilizzare l'applicazione | 4.51 |
| In generale sono soddisfatto dell'applicazione | 4.56 |
| L'applicazione è troppo **complessa** | 1.30 |
| L'applicazione è noiosa | 1.62 |
| L'applicazione ha **"invaso" la mia privacy** | 1.62 |
| L'applicazione mi ha creato **disagio** (fisico e/o emotivo) mentre lo usavo | 1.27 |

**ACTIGRAFO**
MEDIA: 41.90

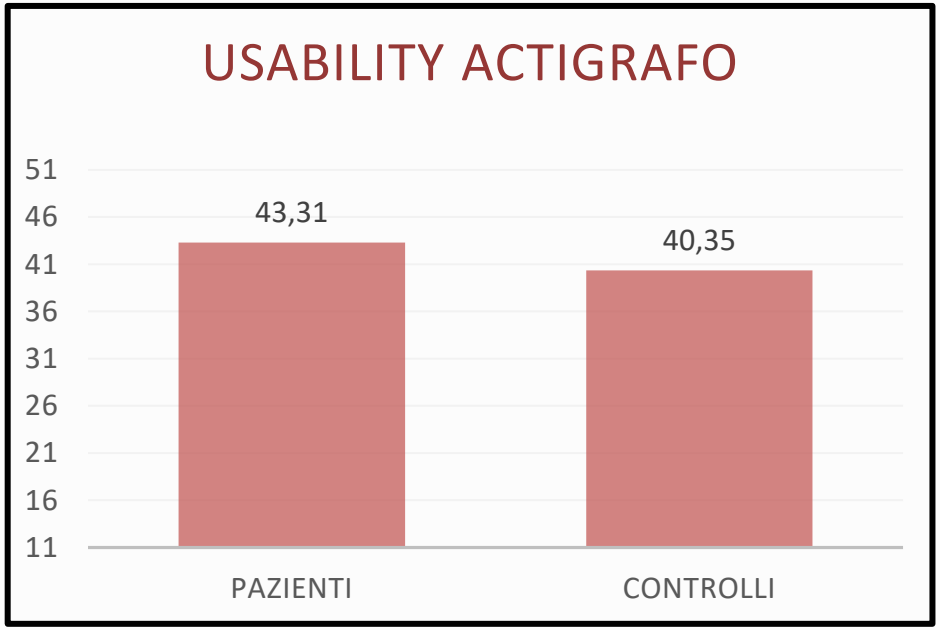
| Items | Mean |
|---|---|
| L'Actigrafo ha **interferito** con la mia routine giornaliera | 1.33 |
| L'Actigrafo ha "invaso" la mia **privacy** | 1.19 |
| L'Actigrafo mi ha creato **disagio** (fisico e/o emotivo) mentre lo indossavo | 1.45 |
| Indossare l'Actigrafo ha fatto in modo che fossi maggiormente interessato all'attività fisica | 2.31 |
| L'Actigrafo mi ha permesso di sentirmi maggiormente coinvolto dalla mia salute e dal mio benessere | 2.76 |
| In generale sono soddisfatto dell'Actigrafo | 4.05 |
| Sono riuscito a svolgere le mie **attività quotidiane** anche se indossavo l'Actigrafo | 4.73 |
| L'actigrafo mi ha provocato sudore o **irritazione** alla pelle | 1.45 |
| L'actigrafo era **scomodo** da indossare | 1.64 |
| Sono riuscito a **dormire** bene anche indossando l'Actigrafo | 4.42 |
| E' stato confortevole usare l'Actigrafo | 3.78 |

43 partecipanti (23 pazienti; 21 controlli)
Età media: 45.3 anni
F=11; M=32

# Usability




*p*: .249; Effect size: .207




*p*: .043; Effect size: .366

# Esperienze

## APPLICAZIONE

*L'applicazione è stata **utile** e interessante per monitorare gli stati d'animo in una giornata- mi è stata utile per vedere come era il mio stato d'animo.*

*Avevo **paura** di non fare bene le cose. Mi sentivo più sereno ad usare il cellulare con gli operatori*

*L'app mi ha **aiutato** a capire che io sono a metà. Né felice né infelice. Perché rispondevo sempre a metà. Mi ha fatto capire questa cosa*

*Avevo la **FOBIA** di sentire sempre il suono. Avevo paura di non rispondere in tempo. Paura di ritornare come prima e non essere capace*

***Problemi di connessione** .. alcune volte i messaggi arrivavano in ritardo e non era più possibile rispondere.*
*I **messaggi serali** a volte non venivano letti perché inviati troppo tardi rispetto ai miei orari*

*La mia opinione è **positiva**. Sono contenta perché pensavo di non farcela invece ce l'ho fatta*

## ACTIGRAFO

***Comodissimo**. Utile (mi ha fatto pensare che dovrei fare qualche passo in più). Nessun fastidio. Mi piacerebbe si potesse vedere anche il battito/frequenza cardiaca / pressione nel display e che anche i passi e i km si potessero vedere*

*Non risulta invasivo e una volta che ci si abitua non ci si accorge neanche di indossarlo*

*Un po' **ingombrante** l'actigrafo*

*L'ho tolto quando mi lavavo le mani. Durante il cambio abiti e quando facevo la doccia. Avevo **paura di romperlo**.*

*Ho sentito che  parlava, non so se era lui*

*Non mi fido degli orologi. Ho avuto una brutta esperienza. Avevo PAURA che mi facesse morire anticipatamente. Poi ho capito che non era maledetto.*