

Hoja de Información

Título: “Sincronización de ritmos biológicos en la díada madre-hijo y madre-padre”,

Institución: Facultad de Ciencias, Universidad de la República. Iguá 4225, Montevideo, Uruguay.

Datos de contacto del investigador principal:

Antonella Arrieta Laurent, aarrieta@fcien.edu.uy, Cel: 0920787076.

La presente investigación tiene como objetivo analizar el impacto de la maternidad sobre los ritmos biológicos de las madres y la sincronía de estos con los ritmos biológicos del hijo/a y se realiza en el marco del Grupo CSIC de Investigación Cronobiología de la Universidad de la República.

Los ritmos biológicos (como respiración, ciclo sueño-vigilia, frecuencia cardiaca, temperatura, entre otros) funcionan en base a un ritmo interno modulado por la luz ambiente, el ejercicio físico y las agendas sociales, entre otros factores. Durante la maternidad ocurren profundos cambios en estos ritmos biológicos. En particular, luego del parto, los ritmos biológicos de las madres se ven desafiados para atender a las necesidades del hijo/a.

Este estudio contribuirá a conocer las alteraciones en los ritmos fisiológicos internos asociadas a las demandas de la maternidad durante el último trimestre del embarazo y durante el primer año de vida del hijo/a. Además, permitirá explorar la sincronía del ciclo sueño/vigilia entre la madre y el hijo/a.

Si aceptas participar en la investigación, te vamos a pedir que:

1. Completes cuestionarios sociodemográficos y cronobiológicos y diarios de sueño con información sobre los horarios de dormir y despertar.
2. Uses un actímetro de pulsera (ver fig. 1) para registrar el movimiento y la exposición a la luz durante 2 semanas durante el último trimestre del embarazo, al mes y a los doce meses postparto.



Fig.1. La imagen muestra un actímetro. Estos dispositivos se asimilan a un reloj de muñeca (uso superficial, en contacto con la piel) de diseño ergonómico y sin componentes tóxicos, pero que no dan la hora ni ninguna información visible. Tiene sensores de movimiento capaces de detectar cambios en la posición o velocidad, y la intensidad de luz a la que se está expuesto. Estos datos se recopilan y pueden extraerse con programas específicos de los equipos de investigación.

3. Nos permitas obtener una muestra de saliva para medir los niveles de la hormona melatonina y cortisol en el último trimestre del embarazo, al mes y a los doce meses postparto. Ambas hormonas desempeñan un papel en el

establecimiento del ciclo sueño/vigilia. La melatonina alcanza su pico máximo durante la mitad de la noche y desciende paulatinamente hacia el amanecer, por lo que es considerada un buen predictor del sueño. Por el contrario, el cortisol alcanza su máximo hacia la madrugada, y desciende por la tarde, lo que lo constituye como un buen predictor de la vigilia.

Toda la información obtenida será almacenada y procesada en forma confidencial y anónima. Solo el equipo de investigación tendrá acceso a los cuestionarios y los registros que se realicen, y en ningún caso se divulgará información que permita la identificación de los participantes, a menos que se establezca lo contrario por ambas partes.

Tu participación no tendrá beneficios directos para ti, aunque contribuirá a la comprensión científica de los cambios en los ritmos biológicos durante la maternidad.

Este tipo de estudios no supone ningún malestar o incomodidad para los/las participantes, con excepción del uso del actímetro durante 15 días. En caso de que esto ocurra, las investigadoras se comprometen a coordinar con los servicios de atención de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República y/o al servicio de salud al que estés asociado/a. Del mismo modo se procederá en caso de que experimente algún otro tipo de malestar asociado a los objetivos o desarrollo del proyecto durante cualquiera de las fases de este estudio. La participación en la investigación es voluntaria y libre, por lo que puedes abandonar la misma cuando lo desees, sin necesidad de dar explicación alguna.

Si existe algún tipo de dudas sobre cualquiera de las preguntas o sobre cuestiones generales acerca del cuestionario y/o la investigación, puedes consultar directamente a la investigadora responsable. También puedes realizar preguntas luego del estudio, llamando al teléfono o escribiendo al mail que figura en el encabezado de la presente hoja de información.

Nombre de la investigadora responsable _____

Firma

Fecha
