



Manual do utilizador

Floodlight™ MS Mobile Application (Aplicativo móvel Floodlight™ MS)

Versão do software: 1.8 | Versão do documento: 14.0

Acerca de

© F. Hoffmann-La Roche Ltd 2023

Todos os direitos são reservados. A reprodução ou transmissão, total ou parcial, sob qualquer forma ou por qualquer meio, eletrónico, mecânico ou outro, é proibida sem o consentimento prévio por escrito do proprietário dos direitos de autor.

Os direitos de autor e todos os outros direitos de propriedade relativos a qualquer software e documentação relacionada («Software») disponibilizados ao utilizador são exclusivos da Roche ou dos seus licenciantes. Nenhum título ou propriedade do Software é concedido ao utilizador. A utilização do Software está sujeita ao contrato de licença do utilizador final.

FLOODLIGHT MS é uma marca comercial da Roche.

ANDROID, GOOGLE e o logótipo GOOGLE PLAY são marcas comerciais da Google, LLC. APPLE, o logótipo APPLE e APP STORE são marcas comerciais da Apple Inc. Todos os outros nomes de produtos e marcas comerciais são propriedade dos respetivos proprietários.

O Floodlight™ MS Mobile Application pode conter componentes ou módulos que são programas de software Open Source ou comerciais.

Até à extensão máxima permitida por lei, o utilizador não deve descompilar e/ou inverter a engenharia do software ou de qualquer parte do mesmo.

Não se destina a fins de diagnóstico, monitorização ou terapêuticos ou de qualquer outra forma para a prática médica regular.



Roche Molecular Systems, Inc.

2881 Scott Boulevard

Santa Clara, California 95050

United States of America

Fabricado nos EUA



Para iOS — 09342320001

Para Android — 09342338001

**Data de
publicação**

2023-12-19







floodlightms.com

Entre em contacto com a Roche para solicitar uma versão impressa deste documento.

Para aceder à versão mais recente deste Manual do utilizador, utilize a opção a partir do Floodlight™ MS Mobile Application em vez de um PDF previamente transferido.

Símbolos utilizados

A tabela seguinte apresenta os símbolos utilizados neste Manual do utilizador.

	Fabricante do produto: o nome e o endereço do fabricante da aplicação.
	Número de referência: indica a Referência ou o Número de catálogo deste Manual do utilizador.
	Consultar as instruções de utilização: o dispositivo inclui instruções de utilização eletrónicas.
	Avisos e precauções: realça as informações que são fundamentais para um desempenho ideal do sistema. Pode também indicar a possibilidade de perda de dados ou de dados inválidos, se as precauções ou instruções não forem respeitadas.

Índice

1 Visão geral	8
1.1 O que é a Floodlight™ MS Mobile Application?	9
1.2 Utilização prevista	10
1.3 Contraindicações	11
1.4 Riscos e benefícios	12
1.5 Avisos e precauções	13
1.6 Segurança	14
2 Transferir e instalar	16
2.1 Para telemóveis iOS ou Apple	17
2.2 Para telemóveis Android	18
2.3 Requisitos mínimos – Software	19
2.4 Requisitos mínimos – Hardware	20
2.5 Telemóveis não compatíveis	22
2 Terminar sessão e desinstalar	27
2.6 Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application	28
2.7 Eliminar a sua conta	30
2.8 Desinstalação	31
2.8.1 Para telemóveis iOS ou Apple	31
2.8.2 Para telemóveis Android	31
3 Inscrever-se	32
3.1 Conectar ao seu Profissional de saúde	33
3.2 Criar a sua conta	44
3.3 Verificar o seu e-mail	47
4 Iniciar sessão	54
4.1 Ativar o Início de sessão com dados biométricos	56
4.2 Permitir notificação	57
4.3 Selecionar país de residência	58

5 Começar	63
5.1 Barra de navegação	64
5.2 Painel de instrumentos	65
5.2.1 Adicionar um lembrete de Consulta	67
5.2.2 A sua rotina	71
5.2.3 Ver Dicas	78
5.2.4 Visualizar o histórico das suas atividades	87
5.2.5 Resumo de hoje	89
5.3 Dados históricos	91
5.3.1 Os seus dados	93
5.3.2 Partilhar os seus dados	104
5.4 Diário	108
5.5 Assistência e feedback	112
5.6 Definições	113
5.6.1 Atualizar o seu perfil de utilizador	114
5.6.2 Mudar de Profissional de saúde	117
5.6.3 Atualizar o seu plano	118
5.6.4 Atualizar lembretes	127
5.6.5 Atualize o seu lembrete de Consulta	134
5.6.6 Ativar ou desativar a Biometria	138
5.6.7 Solicitar os seus dados	139
5.6.8 Alterar a sua palavra-passe	139
5.6.9 Ligar-se a um sistema EMR	142
5.6.10 Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application	145
5.6.11 Eliminar a sua conta	147
6 Perguntas frequentes	148
6.1 E se me esquecer da palavra-passe?	149
6.2 E se a minha conta for bloqueada?	152
6.3 E se adquirir um telemóvel novo?	153
7 Informações adicionais	154
7.1 Ligação à Internet	155
7.2 Eventos adversos	156

7.3 Garantia	157
8 Assistência	158
8.1 Notificação de nova versão	159
8.2 Notificação de manutenção	160
9 Anexo A	163
9.1 Software de código aberto	164
9.1.1 Licenças e notificações de licença de código aberto (para iOS)	164
9.1.2 Licenças e notificações de licença de código aberto (para Android)	167

1 Visão geral

Bem-vindo ao Floodlight™ MS Mobile Application Manual do utilizador. Este Manual do utilizador é aplicável às plataformas iOS e Android.

Nota

As informações pessoais apresentadas nas imagens incluídas nesta ajuda não são reais e servem apenas para ilustração.

Nesta secção:

1.1 O que é a Floodlight™ MS Mobile Application?	9
1.2 Utilização prevista	10
1.3 Contraindicações	11
1.4 Riscos e benefícios	12
1.5 Avisos e precauções	13
1.6 Segurança	14

1.1 O que é a Floodlight™ MS Mobile Application?

Floodlight™ MS Mobile Application ajuda-o, enquanto doente com esclerose múltipla, a:

- **Recolher dados** sobre o seu estado de saúde em apenas alguns minutos em cada sessão, através de atividades que avaliam a sua cognição, a destreza manual, o equilíbrio dinâmico e a capacidade para caminhar
- **Acompanhar a sua saúde ao longo do tempo**, recolhendo dados entre consultas clínicas que podem fornecer informações que poderá utilizar para melhorar a comunicação com o seu profissional de saúde
- **Analisar os seus dados com** o seu profissional de saúde, para melhor compreender e gerir a forma como a esclerose múltipla (EM) o afeta

1.2 Utilização prevista

A Floodlight™ MS Mobile Application destina-se a apresentar vários módulos de avaliação a pacientes com esclerose múltipla e visualizar os resultados destas avaliações. A aplicação destina-se a enviar resultados dos módulos de avaliação a um servidor, de forma a serem visualizados por profissionais de cuidados de saúde (PCS) qualificados num portal. A aplicação destina-se também a receber respostas do utilizador a questões relacionadas com os seus sintomas ou pessoa.

A Floodlight™ MS Mobile Application não se destina a interpretar ou analisar testes clínicos laboratoriais ou outros dados, resultados ou descobertas do dispositivo.

1.3 Contraindicações

Nenhuma conhecida.

1.4 Riscos e benefícios

Todos os riscos conhecidos e previsíveis foram reduzidos tanto quanto possível e não foi identificado qualquer risco inaceitável. Os potenciais benefícios incluem o acompanhamento de medições em domínios-chave fora do contexto clínico e apoio a consultas informadas entre profissionais de saúde e respetivos doentes. Em geral, o potencial benefício do dispositivo excede em muito os riscos prováveis conhecidos e previsíveis.

1.5 Avisos e precauções



Realize a atividade com a frequência recomendada pelo seu profissional de saúde. Note que o autoteste em casa não substitui as consultas regulares com o seu profissional de saúde.



Não tente interpretar os dados apresentados pelos gráficos de resumo. Só o seu profissional de saúde pode interpretar os dados recolhidos através de Floodlight™ MS Mobile Application.



Siga as instruções recomendadas durante a realização de cada atividade. Se as instruções não forem seguidas, os dados podem ser imprecisos.

1.6 Segurança

Para garantir que as informações protegidas são o mais seguras possível, tome as seguintes precauções:

- Selecione uma palavra-passe forte e complexa, que não possa ser facilmente adivinhada por um intruso
- Não partilhe a sua palavra-passe
- Não utilize um dispositivo desbloqueado por jailbreak

2 Transferir e instalar

Floodlight™ MS Mobile Application é compatível com telemóveis iOS e Android.

Nesta secção:

2.1 Para telemóveis iOS ou Apple	17
2.2 Para telemóveis Android	18
2.3 Requisitos mínimos — Software	19
2.4 Requisitos mínimos — Hardware	20
2.5 Telemóveis não compatíveis	22

2.1 Para telemóveis iOS ou Apple

Efetue os seguintes procedimentos no seu telemóvel iOS:

1. Abra a **App Store**.
2. Procure Floodlight™ MS.
3. Toque no ícone para visualizar os detalhes e, depois, em **Obter**.
4. Toque em **Instalar** para iniciar o processo de instalação.
5. Pode ser-lhe pedido para introduzir a sua palavra-passe da **App Store**.

Depois de introduzir a palavra-passe, começa a transferência e instalação de Floodlight™ MS Mobile Application.

2.2 Para telemóveis Android

Efetue os seguintes procedimentos no seu telemóvel Android:

1. Abra a **Google Play Store** no seu telemóvel.
2. Procure Floodlight™ MS.
3. Toque no ícone para ver os detalhes.
4. Toque em **Instalar** para iniciar o processo de instalação.
5. Ser-lhe-á pedido para aceitar as condições de transferência da Google.

Depois de aceitar, começa a transferência e instalação de Floodlight™ MS Mobile Application.

2.3 Requisitos mínimos — Software

Floodlight™ MS Mobile Application requer o seguinte:

- iOS versão 14.x a 17.x
- Versão Android 10 a 14

2.4 Requisitos mínimos — Hardware

Os requisitos mínimos de hardware para Floodlight™ MS Mobile Application são:

Para telemóveis iOS:

- **Resolução mínima exigida:** resolução de 1334 × 750 píxeis (326 ppi)

Para telemóveis Android:

- **Dimensões mínimas do ecrã:** 110 mm x 56 mm (4,33 x 2,20 in)
- São necessários os seguintes sensores:
 - Magnetómetro
 - Acelerómetro
 - Giroscópio
- Quando utiliza um telemóvel Android para iniciar sessão na Floodlight™ MS Mobile Application, a app verifica a existência dos sensores acima indicados. Se algum destes sensores estiver em falta no seu telemóvel Android, a app apresenta uma mensagem de erro e desativa as atividades que requerem os sensores. Neste caso, o botão de alternância para a atividade também é desativado e não é possível ativar manualmente a atividade a partir do menu **Settings**.

Nota

Floodlight™ MS Mobile Application não é compatível com nenhum tablet (Android ou iOS).

A app requer um mínimo de **450 MB** de espaço de armazenamento disponível no seu telemóvel. Isto garante que, se terminar uma atividade no modo Offline, os dados da sua atividade serão guardados no telemóvel.

Se o seu telemóvel não tiver pelo menos **200 MB** de espaço de armazenamento disponível, a app apresenta a seguinte mensagem:



Quando tiver disponível no telemóvel o armazenamento necessário, pode continuar a utilizar a app.

2.5 Telemóveis não compatíveis

O Floodlight™ MS Mobile Application não é suportado nos seguintes telemóveis. Floodlight™ MS não é compatível com nenhum tablet (Android ou iOS).

Marca	Nome do modelo
Alcatel	7
Alcatel	Tetra
Alcatel	ZIP LTE
Alcatel	REVL 2 Plus
Alcatel	Raven LTE
Alcatel	REVL 2
Alcatel	1X (2018)
Alcatel	PulseMix
Alcatel	Verso
Alcatel	IdealXcite
Alcatel	One Touch Idol 5
Alcatel	REVL
Alcatel	3V
Alcatel	1X Evolve

Marca	Nome do modelo
Alcatel	A30
Alcatel	Cameox 4G
Alcatel	LX 4G
Alcatel	A30 Fierce
Alcatel	A30 Plus
Alcatel	Avalon V
Alcatel	One Touch Idol 5S
Alcatel	Onyx
Alcatel	LX1
Alcatel	LX2
Alcatel	Jitterbug Smart2
Alcatel	Kora
Alcatel	A50
Alcatel	Ideal
Alcatel	Streak
Alcatel	A1

Marca	Nome do modelo
Alcatel	Axia
Alcatel	Fierce 4
Alcatel	One Touch Idol 4
Alcatel	One Touch Pixi Eclipse
Alcatel	Jitterbug Smart
Alcatel	One Touch Pixi Avion
Alcatel	One Touch Pixi Glitz
Alcatel	Allura
Alcatel	One Touch Idol 3 (5.5)
Alcatel	Dawn
Alcatel	One Touch Idol 4s
Alcatel	One Touch Flint 4G
Alcatel	One Touch Pixi 4 (5)
Alcatel	Tru
Alcatel	One Touch Pop 4S
Alcatel	One Touch Pixi Pulsar

Marca	Nome do modelo
Alcatel	One Touch Pixi 4 (6)
Alcatel	One Touch Pop 4+
Huawei	P20 Lite (2018)
Huawei	P Smart (2018)
Huawei	Mate 10 Lite
Huawei	Mate 20 Lite (2018 Set)
Huawei	Y6 (2018)
Huawei	P10 (2017)
LG Electronics	Aristo 2 (2018)
LG Electronics	Stylo 4 (2018)
LG Electronics	K20 Plus (2016 Dez)
LG Electronics	Risio 3
LG Electronics	Tribute Dynasty
LG Electronics	Rebel 4
LG Electronics	Stylo 3 Plus
Motorola	Moto E5 Play (2018 Jul)

Marca	Nome do modelo
Motorola	Moto E4 (2017 Jun)

2 Terminar sessão e desinstalar

Esta secção descreve os passos obrigatórios para terminar sessão e desinstalar o Floodlight™ MS Mobile Application.

Nesta secção:

2.6 Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application	28
2.7 Eliminar a sua conta	30
2.8 Desinstalação	31

2.6 Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application


Por razões de segurança, a sua sessão na conta de Floodlight™ MS Mobile Application termina automaticamente após **30 minutos** de inatividade.

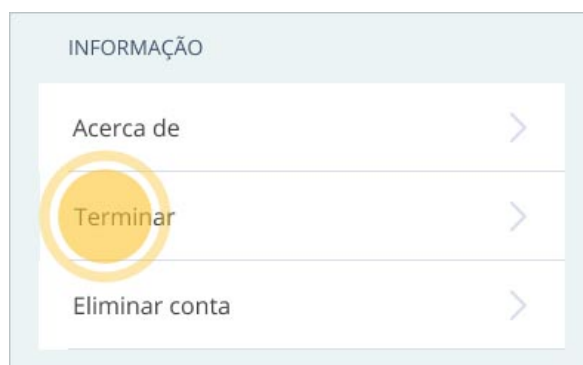
A app apresenta a seguinte mensagem de aviso **cinco minutos** antes de a sessão estar prestes a expirar. Neste ecrã de mensagem, pode tocar em **CONTINUAR** para continuar a sua sessão ou em **TERMINAR SESSÃO** para terminar a sua sessão.



Também pode terminar sessão no ecrã **Definições**.

Para terminar sessão:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, desloque-se para a parte inferior e toque em **Terminar sessão**.



3. No ecrã de confirmação, toque em **TERMINAR SESSÃO**.



Nota: também pode tocar em **CANCELAR** para continuar a utilizar a app.


2.7 Eliminar a sua conta

Desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application não elimina a sua conta nem os seus dados. Se não pretender continuar a utilizar a app e pretender eliminar a sua conta e todos os dados associados à sua conta, pode utilizar a opção **Eliminar conta** no ecrã **Definições**.

Nota

A sua conta Floodlight™ MS Mobile Application só pode ser eliminada a partir da app. Por isso, execute os seguintes passos antes de desinstalar a app. Para obter mais informações sobre a desinstalação da aplicação, consulte a aplicação **Desinstalação** (na página 31)

Para eliminar a sua conta:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, toque em **Eliminar conta**.
3. No ecrã **Eliminar conta?** escreva **ELIMINAR** no campo de texto.

A entrada de texto é sensível a maiúsculas e minúsculas.

4. Toque em **ELIMINAR TUDO**.
5. Toque em **OK**.

2.8 Desinstalação

Esta secção inclui instruções sobre como desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application a partir de um telemóvel iOS ou um telemóvel Android. Pode executar estes passos se não pretender continuar a utilizar a aplicação.

Nota

Desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application não elimina a sua conta nem os seus dados. Se não pretender continuar a utilizar a aplicação e pretender eliminar a sua conta e todos os dados associados à sua conta, pode utilizar a opção **Eliminar conta** no ecrã **Definições** antes de desinstalar a aplicação. Para obter mais informações, consulte [Eliminar a sua conta](#) (na página 147).

2.8.1 Para telemóveis iOS ou Apple

Efetue os seguintes procedimentos no seu telemóvel iOS para desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application:

1. Localize Floodlight™ MS Mobile Application no seu ecrã principal.
2. Toque sem soltar no ícone de Floodlight™ MS Mobile Application para abrir um menu de ações rápidas.
3. Toque em **Remover aplicação**.
4. Toque em **Apagar aplicação** para a eliminar do seu telemóvel.

2.8.2 Para telemóveis Android

Efetue os seguintes procedimentos no seu telemóvel Android para desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application:

1. Abra a **Google Play Store**.
2. Toque no menu **As minhas aplicações e jogos**.
3. Toque em Floodlight™ MS Mobile Application.
4. Toque em **Desinstalar**.

3 Inscrever-se

Para utilizar Floodlight™ MS Mobile Application tem de criar uma conta. Isto é necessário para se conectar com o seu profissional de saúde e partilhar os seus dados.

Nota

Os seus dados de Floodlight™ MS serão partilhados com o seu profissional de saúde. Para se registar em Floodlight™ MS e partilhar os dados que recolhe com o seu profissional de saúde, é necessário um código de inscrição (QR ou alfanumérico) único. Irá receber este código de inscrição do seu profissional de saúde. Se não tiver recebido esta informação, contacte o seu profissional de saúde.

Para se inscrever em Floodlight™ MS:

3.1 Conectar ao seu Profissional de saúde	33
3.2 Criar a sua conta	44
3.3 Verificar o seu e-mail	47

Nota

Após a inscrição, dependendo do seu telemóvel e do seu sistema operativo, poderá utilizar opções de Biometria para iniciar sessão na Floodlight™ MS Mobile Application. Para obter mais informações, consulte **Ativar o Início de sessão com dados biométricos** (na página 56).

3.1 Conectar ao seu Profissional de saúde

Para utilizar Floodlight™ MS, tem de conectar Floodlight™ MS Mobile Application ao seu profissional de saúde.

Pode conectar-se ao seu profissional de saúde, utilizando qualquer um dos seguintes métodos:

- Através da leitura do código QR fornecido pelo seu profissional de saúde

OU

- Introduzindo o código alfanumérico de 8 dígitos fornecido pelo seu profissional de saúde

Para se conectar ao seu profissional de saúde:

1. Inicie a app.
2. No ecrã **Bem-vindo a Floodlight™ MS!** toque em **Seguinte** para ver como a app pode ajudar a melhorar a sua conversa com o seu profissional de saúde.



3. Em qualquer um dos ecrãs de visão geral, pode tocar em **Ignorar** para ir para o último ecrã e iniciar o processo de inscrição.



4. No ecrã **Analisar com a sua equipa**, toque em **Inscrever-se** para criar uma nova conta.



5. Toque em **Digitalizar código QR.**



6. Se a aplicação não tiver acesso à câmara do seu telemóvel, irá ver o seguinte ecrã:
- Toque em **Ativar o acesso à câmara** para ir para as definições do seu telemóvel e permitir o acesso à app.
 - Volte à app.
 - Coloque o folheto da Floodlight™ MS numa superfície plana e utilize a câmara do

telemóvel para digitalizar o **Código QR**.

Ligar ao Dr. James Hugh

Melhore a conversa sobre os seus cuidados



Floodlight MS é uma aplicação para ajudar a monitorizar a forma como a EM afeta diferentes aspetos da sua vida. Em sessões de poucos minutos, a aplicação Floodlight MS recolhe dados de testes que avaliam a cognição, a função das mãos e a capacidade para caminhar.

A recolha de dados entre consultas pode fornecer informações que poderá utilizar para melhorar a comunicação com a sua equipa de cuidados de saúde e permite monitorizar os sintomas de EM ao longo do tempo.


Os dados que gerar poderão contribuir para que a sua equipa de cuidados de saúde melhor compreenda de que forma a EM o afeta.

Instruções

- 1) Transfira a aplicação Floodlight MS a partir da Apple Store ou do Google Play
- 2) Abra a aplicação e toque em Inscrever-se
- 3) Leia este código QR ou introduza manualmente o código numérico
- 4) Siga os ecrãs para se ligar ao Dr. James Hugh
- 5) Introduza o seu e-mail e crie a sua palavra-passe
- 6) Comece a recolher dados para a sua próxima conversa sobre cuidados de saúde

Para ligar ao Dr. James Hugh, leia o código QR



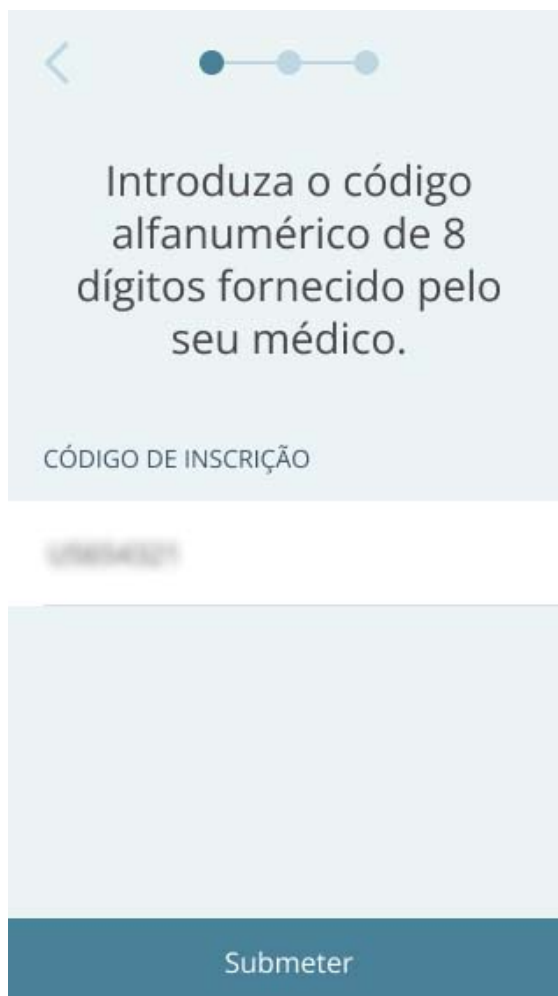
Código manual

US123456

7. Também pode tocar em **Inscrever-me com um código** para utilizar o código de inscrição alfanumérico de 8 dígitos.



- a. Introduza o código alfanumérico de 8 dígitos fornecido pelo seu profissional de saúde no campo **CÓDIGO DE INSCRIÇÃO**.



The screenshot shows a mobile app interface for registration. At the top, there is a back arrow on the left and a progress indicator with three dots, the first of which is filled. The main text in the center reads: "Introduza o código alfanumérico de 8 dígitos fornecido pelo seu médico." Below this text is a label "CÓDIGO DE INSCRIÇÃO" followed by a large, empty text input field. At the bottom of the screen is a dark blue button labeled "Submeter".

Sugestão: pode obter o código de inscrição a partir do seu folheto Floodlight:

Ligar ao Dr. James Hugh

Melhore a conversa sobre os seus cuidados

Floodlight MS é uma aplicação para ajudar a monitorizar a forma como a EM afeta diferentes aspetos da sua vida. Em sessões de poucos minutos, a aplicação Floodlight MS recolhe dados de testes que avaliam a cognição, a função das mãos e a capacidade para caminhar.

A recolha de dados entre consultas pode fornecer informações que poderá utilizar para melhorar a comunicação com a sua equipa de cuidados de saúde e permite monitorizar os sintomas de EM ao longo do tempo.

Os dados que gerar poderão contribuir para que a sua equipa de cuidados de saúde melhor compreenda de que forma a EM o afeta.

Instruções

- 1) Transfira a aplicação Floodlight MS a partir da Apple Store ou do Google Play
- 2) Abra a aplicação e toque em Inscrever-se
- 3) Leia este código QR ou introduza manualmente o código numérico
- 4) Siga os ecrãs para se ligar ao Dr. James Hugh
- 5) Introduza o seu e-mail e crie a sua palavra-passe
- 6) Comece a recolher dados para a sua próxima conversa sobre cuidados de saúde



Para ligar ao Dr. James Hugh, leia o código QR



Código manual
US123456

- b. Toque em **Submeter**.
8. Reveja as informações no ecrã **Está a conectar-se a(o)**. Se vir o nome do seu profissional de saúde, toque em **CONECTAR-SE**.



9. Se receber uma mensagem de erro ou não vir as informações do seu profissional de saúde aqui, toque em **Tente novamente** para introduzir mais uma vez o código de inscrição.

Nota: se o problema persistir e o ecrã não mostrar o nome do profissional de saúde correto, contacte a instituição do seu profissional de saúde para confirmar o código de inscrição.

10. No ecrã de confirmação, toque em **Seguinte**.



3.2 Criar a sua conta

Uma vez ligado ao seu profissional de saúde, ser-lhe-á pedido que crie a sua conta Floodlight™ MS. Irá utilizar esta conta para iniciar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application.

Para criar a sua conta:

1. Introduza o seu **NOME PRÓPRIO**.
2. Introduza o seu **APELIDO**.
3. Selecione a sua **DATA DE NASCIMENTO**.

Deve ter 18 anos ou mais para utilizar Floodlight™ MS Mobile Application.

4. Introduza o seu **E-MAIL**.
5. Introduza uma **PALAVRA-PASSE**.

Nota: pode utilizar caracteres especiais para criar uma palavra-passe mais segura.

6. Introduza novamente a mesma palavra-passe no campo **CONFIRMAR A PALAVRA-PASSE**.
7. Toque na caixa de verificação para confirmar que leu, compreendeu e concorda com os termos do Aviso de Privacidade de **Floodlight™ MS**.

Nota: pode tocar na ligação apresentada no ecrã para ler o Aviso de Privacidade de Floodlight™ MS.

8. Toque na caixa de verificação para confirmar que leu, compreendeu e concorda com os **Termos e Condições de Floodlight™ MS**.

Nota: pode tocar na ligação apresentada no ecrã para ler os Termos e Condições de Floodlight™ MS.

< ● ● ●

Está na hora de criar uma conta na aplicação Floodlight MS!

NOME PRÓPRIO*

Samantha

APELLIDO*

Smith

DATA DE NASCIMENTO*

10-07-1978

E-MAIL*

samantha@floodlight.com

PALAVRA-PASSE*

A sua palavra-passe tem de cumprir os seguintes critérios:

- Pelo menos 8 caracteres
- Uma mistura de letras maiúsculas e minúsculas
- Uma mistura de letras e números

CONFIRMAR PALAVRA-PASSE*

☒ Li, compreendi e concordo com os termos do *Aviso de privacidade da aplicação Floodlight MS.

☒ Li, compreendi e concordo com os *Termos e condições da aplicação Floodlight MS.

Criar conta

9. Toque em **Criar conta**.

Só pode tocar em **Criar conta** depois de introduzir os dados em todos os campos exigidos e de seleccionar as caixas de verificação tanto para o Aviso de Privacidade como para os Termos e Condições.

3.3 Verificar o seu e-mail

Em seguida, é-lhe pedido para verificar o seu e-mail. A equipa de Floodlight™ MS irá enviar uma ligação para o e-mail que forneceu como parte do processo de inscrição. Desta forma garantimos que o endereço de e-mail da sua conta de utilizador está correto e que tem acesso à mesma.

Para verificar o seu e-mail:

1. Consulte o seu e-mail e siga as instruções para concluir o processo de inscrição.

A ligação no e-mail abre uma janela do browser e apresenta uma mensagem para indicar que o e-mail foi verificado com sucesso.

2. Volte para a app. Deve ver o seguinte ecrã:



3. Toque em **Concluído**.

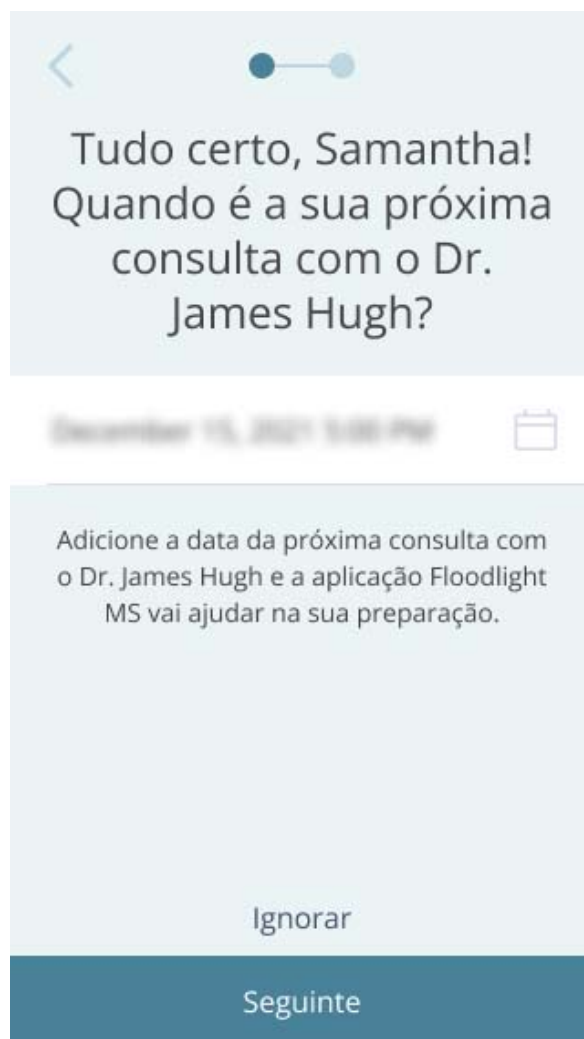
Se não tiver recebido um e-mail ou se a ligação tiver expirado, toque em **Reenviar ligação** neste ecrã para receber um novo e-mail com a ligação para verificar o seu e-mail. Se não encontrar o e-mail na sua caixa de entrada, verifique também a sua pasta de spam, uma vez que pode ter ido parar lá.

4. No ecrã de confirmação, toque em **Seguinte** para configurar um lembrete para a próxima consulta com o seu profissional de saúde. Caso não pretenda configurar nesta

altura um lembrete para a sua próxima consulta, toque em **Ignorar** para ir para o passo 6 abaixo.



5. No ecrã seguinte, selecione a Data para a sua próxima consulta e toque em **Seguinte**.



6. Em seguida, crie um lembrete para as suas atividades. Caso não pretenda configurar nesta altura um lembrete para as suas atividades, toque em **Ignorar** para ir para o passo 9 abaixo.



The screenshot shows a mobile application interface for setting reminders. At the top, there is a back arrow and a share icon. The main heading asks if the user wants the Floodlight MS app to remind them to perform tests. Below this, there is a section for setting the time, labeled 'Hora', with a clock icon and a text field showing '10:00 AM'. Another section, labeled 'Repetir', contains seven buttons for the days of the week: Segunda-feira, Terça-feira, Quarta-feira, Quinta-feira, Sexta-feira, Sábado, and Domingo. At the bottom of the form area is an 'Ignorar' button. A dark blue bar at the very bottom contains the 'Seguinte' button.

< ● — ●

Gostaria que a aplicação
Floodlight MS lhe
relembrasse de realizar
os testes?

Hora

🕒 10:00 AM

Repetir

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Sábado

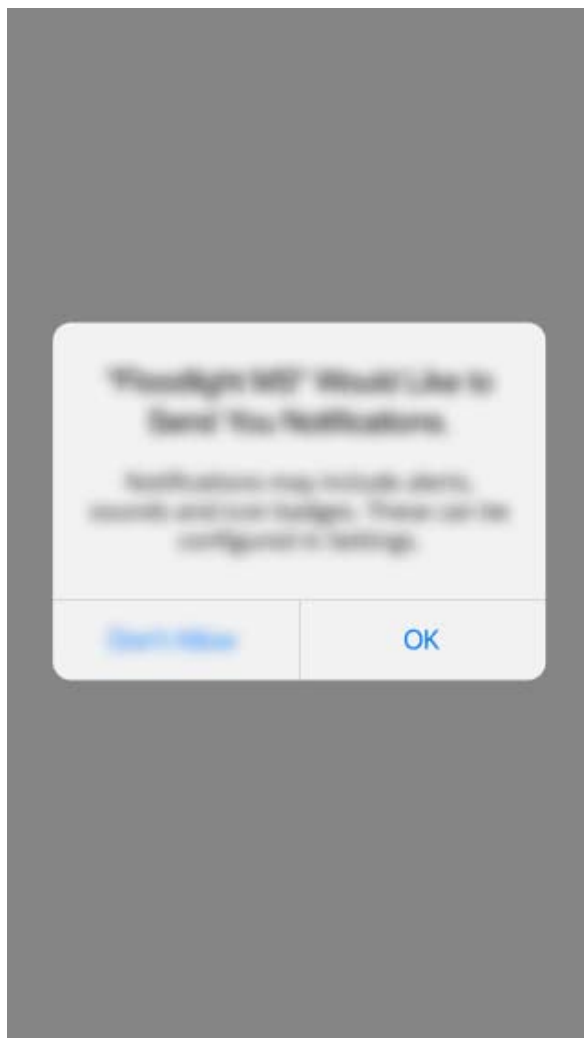
Domingo

Ignorar

Seguinte

7. Selecione as horas e os dias da semana em que gostaria que a aplicação lhe enviasse um lembrete para concluir as suas atividades.

8. Quando solicitado, toque em **OK** para permitir que a app envie notificações para o seu telemóvel.



9. No ecrã seguinte, pode tocar em **Fazer uma atividade** para selecionar e realizar a sua primeira atividade ou pode clicar em **Ignorar** para ir para o **Painel de instrumentos**.



4 Iniciar sessão

Depois de verificar o seu e-mail, utilize o mesmo e-mail para iniciar sessão na Floodlight™ MS Mobile Application. Se este ecrã for apresentado, mas ainda não tiver uma conta de utilizador para Floodlight™ MS, toque em **Inscrever-se**. Para obter mais informações, consulte [Inscrever-se](#) (na página 32).

Para iniciar sessão na app:

1. No ecrã **Iniciar sessão**, introduza o seu **E-MAIL**.
2. Introduza a sua **PALAVRA-PASSE**.
3. Toque em **INICIAR SESSÃO**.

? Precisa de ajuda?

Floodlight MS
Mobile Application x.x

E-MAIL

introduza o seu e-mail

PALAVRA-PASSE

introduza a sua palavra-passe

[Esqueceu-se da sua palavra-passe?](#)

Inscrever-se

Iniciar sessão

Nota: a sua conta é bloqueada se efetuar **seis** ou mais tentativas falhadas de início de sessão num período **inferior a 5 minutos**. Nesse caso, terá de aguardar **30 minutos** antes de tentar iniciar sessão novamente. Consulte [E se a minha conta for bloqueada?](#) (na página 152)

4.1 Ativar o Início de sessão com dados biométricos

Quando iniciar sessão pela primeira vez, Floodlight™ MS deteta se a opção de Início de sessão com dados biométricos está disponível no telemóvel; pode optar por utilizá-la para iniciar sessão em Floodlight™ MS. Pode utilizar a impressão digital/Touch ID ou o Face ID/desbloqueio facial, dependendo do sistema operativo (SO) e das definições do seu telemóvel.

Pode optar por ativar o Início de sessão com dados biométricos para Floodlight™ MS agora ou fazê-lo em qualquer momento no futuro, a partir do ecrã **Definições**. Para obter mais informações, consulte [Ativar ou desativar a Biometria](#) (na página 138).

Os utilizadores do iOS só podem configurar uma opção de Biometria, a impressão digital ou o Face ID, que é também utilizada por Floodlight™ MS. Os utilizadores de Android podem configurar várias opções para o início de sessão com Biometria, e a prioridade é determinada pelo sistema operativo. Floodlight™ MS utiliza a opção de Biometria determinada pelo sistema operativo do telemóvel.

Para ativar o Início de sessão com dados biométricos para Floodlight™ MS, toque em **ATIVAR**; caso contrário, toque em **AGORA NÃO**.

4.2 Permitir notificação

Floodlight™ MS Mobile Application pode enviar-lhe notificações e permite-lhe definir os seus próprios lembretes. Por predefinição, a aplicação enviará uma notificação de lembrete uma vez por semana. No entanto, pode alterar a frequência de notificações utilizando a opção **Lembrete** no ecrã **Definições**. Para obter mais informações, consulte [Atualizar lembretes \(na página 127\)](#).

Se pretender receber estas notificações e lembretes, toque em **Permitir** quando o telemóvel apresentar um ecrã de confirmação.

Se tocar em **Não permitir**, pode alterar esta definição mais tarde a partir das Definições do seu telemóvel.

4.3 Selecionar país de residência

Antes de poder iniciar sessão em Floodlight™ MS pela primeira vez, tem de escolher o seu país de residência. Esta informação é importante porque conhecer o seu país de residência ajuda-nos a garantir que tratamos os seus dados seguindo as leis de privacidade aplicáveis na sua área.


Se eliminar Floodlight™ MS Mobile Application ou mudar de telemóvel, terá de escolher novamente o seu país de residência.

Para selecionar o país de residência:

1. Toque no ícone de bandeira apresentado no canto superior direito do ecrã **Iniciar sessão**.



2. No ecrã **Escolher o seu país**, selecione o seu **PAÍS**.



A mobile application dialog box titled "Escolher o seu país" (Choose your country). It features a close button (X) in the top right corner. The main text explains that the app is concerned with privacy and needs to know the user's country of residence to ensure data is handled according to applicable laws. Below this text is a label "PAÍS" followed by a dropdown menu currently showing "Alemanha" (Germany) with a downward arrow. At the bottom of the dialog is a large blue button labeled "CONFIRMAR" (Confirm).

Escolher o seu país

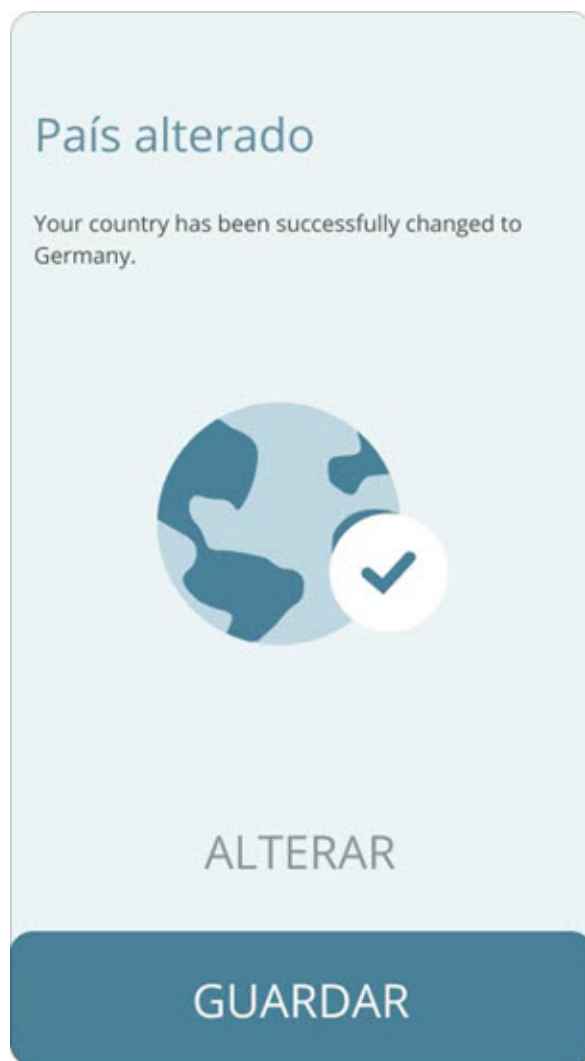
Preocupamo-nos com a sua privacidade. Conhecer o seu país de residência ajuda-nos a garantir que tratamos os seus dados seguindo as leis de privacidade aplicáveis na sua área.

PAÍS

Alemanha

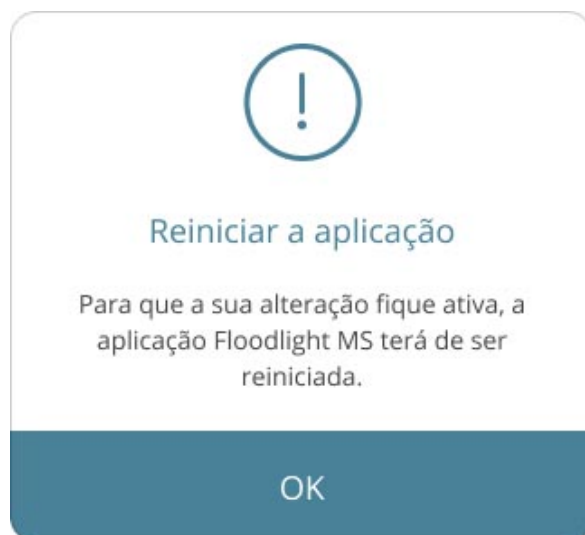
CONFIRMAR

4. No ecrã **País alterado**, toque em **GUARDAR**.



Quando alterar o seu país de residência, Floodlight™ MS Mobile Application irá reiniciar para ativar as suas alterações.

5. Toque em **OK** na caixa de mensagens.



6. Reiniciar Floodlight™ MS Mobile Application.

Floodlight™ MS Mobile Application apresenta a bandeira do novo país no canto superior direito do ecrã.

Pode clicar neste ícone de bandeira para alterar o país de residência em qualquer altura.





5 Começar

Nesta secção:

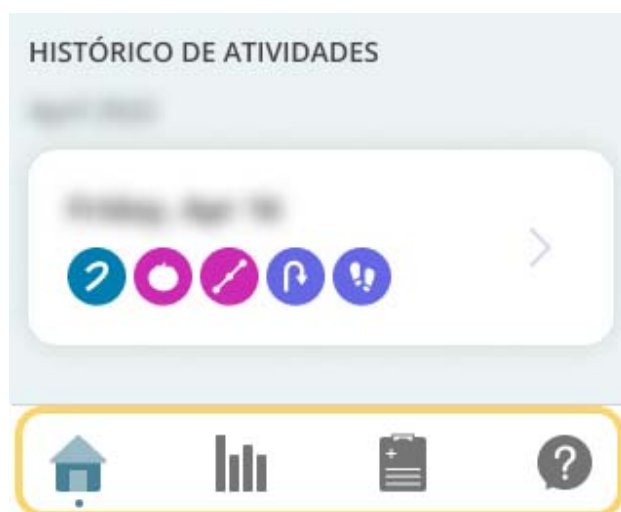
5.1 Barra de navegação	64
5.2 Painel de instrumentos	65
5.3 Dados históricos	91
5.4 Diário	108
5.5 Assistência e feedback	112
5.6 Definições	113

5.1 Barra de navegação

Pode navegar entre as seguintes secções principais utilizando a barra de **navegação** na parte inferior do ecrã:

- **Painel de instrumentos** 
- **Dados históricos** 
- **Diário** 
- **Assistência e feedback** 

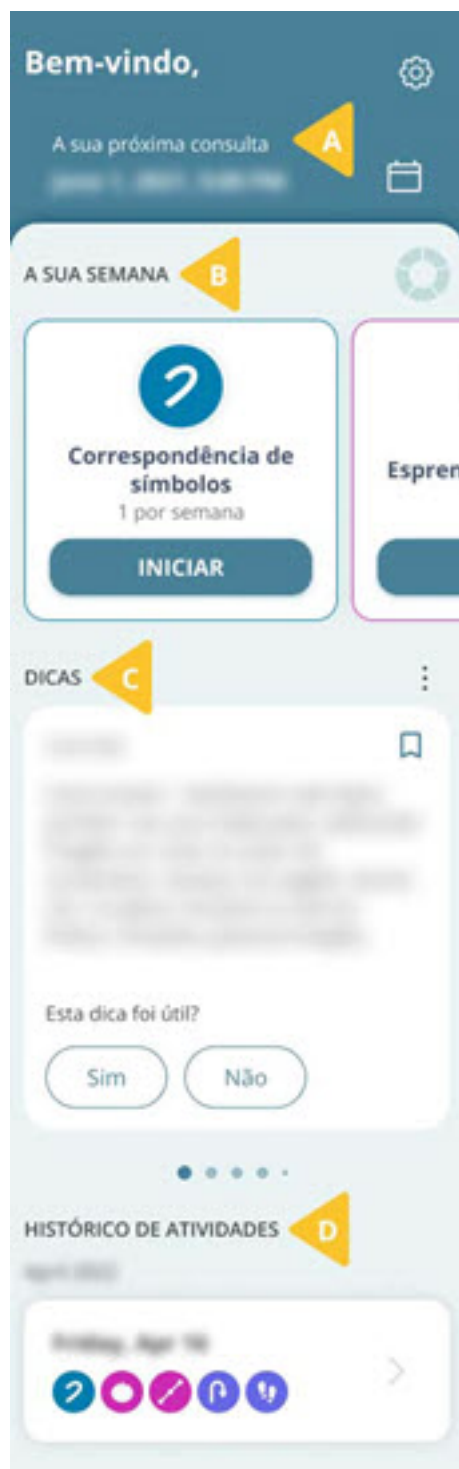
O ícone da secção atual fica sempre **azul**.



5.2 Painel de instrumentos

O **Painel de instrumentos** é o primeiro ecrã que vê depois de iniciar sessão com sucesso. Pode utilizar o **Painel de instrumentos** para acompanhar sem esforço o seu progresso à medida que recolhe dados para se preparar para a próxima consulta com o seu profissional de saúde.

O **Painel de instrumentos** está dividido nas seguintes secções:



- A. **Cabeçalho:** pode ver e adicionar lembretes para a sua próxima consulta. Consulte [Adicionar um lembrete de Consulta](#) (na página 67). Além disso, se tiver desativado os lembretes de **Apoio da sua equipa médica**, verá aqui uma mensagem a lembrar-

Ihe para ativar as **NOTIFICAÇÕES POR E-MAIL**.



- B. **A SUA SEMANA:** pode utilizar o carrossel de cartões de atividades para ver e iniciar a sua rotina. Consulte [A sua rotina](#) (na página 71)
- C. **DICAS:** pode usar o carrossel de cartões para ver dicas relacionadas com várias categorias de avaliações e sintomas relacionados com a EM.
- D. **HISTÓRICO DE ATIVIDADES:** pode ver as datas e os horários das atividades que completou no passado. Consulte [Visualizar o histórico das suas atividades](#) (na página 87)

5.2.1 Adicionar um lembrete de Consulta

Floodlight™ MS pode ajudar a manter presente as próximas consultas com o seu profissional de saúde. Pode adicionar um lembrete para a próxima consulta com o seu profissional de saúde diretamente no **Painel de Instrumentos**.

Para adicionar uma consulta:

1. Toque no botão **Adicionar aqui** no **Painel de instrumentos**.

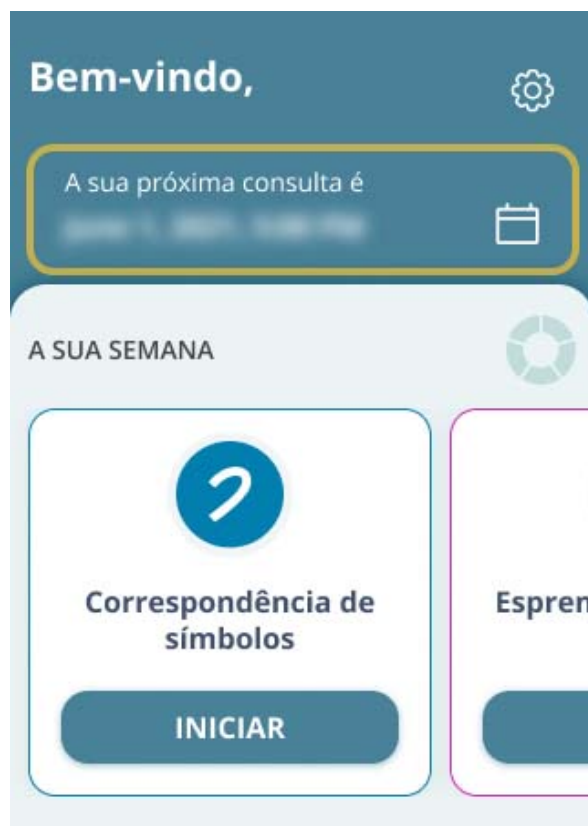


2. No ecrã **A minha consulta**:
 - a. Toque no ícone mais (+) para aceder ao seletor de datas e selecione a data e a hora para a sua próxima consulta utilizando o seletor de datas.



b. Toque em **Concluído**.

A sua consulta foi adicionada.



Depois de adicionar um lembrete de consulta, pode tocar na data da consulta para editar a data ou a hora da sua consulta. Pode editar um lembrete de consulta a qualquer momento até à sua consulta.



5.2.2 A sua rotina

A secção **A SUA SEMANA** no **Painel de instrumentos** mostra o progresso da sua atividade no período de tempo definido para o seu plano. Discuta com o seu profissional de saúde quais as atividades mais adequadas para si e com que frequência as deve realizar. Em seguida, pode ligar ou desligar as atividades e definir o seu plano. Para obter mais informações, consulte [Atualizar o seu plano](#) (na página 118).

A partir da secção **A SUA SEMANA**, pode rapidamente:

- Consultar as atividades agendadas para o período de tempo em questão (**Semanal, A cada duas semanas, Mensalmente**)
- Iniciar qualquer atividade agendada
- Visualizar quantas atividades já completou em cada dia



Esta secção representa cada atividade por um cartão que lhe permite rapidamente:

- Visualizar as atividades agendadas para o período de tempo em questão

Pode percorrer os cartões para a esquerda ou para a direita para ver uma atividade específica.

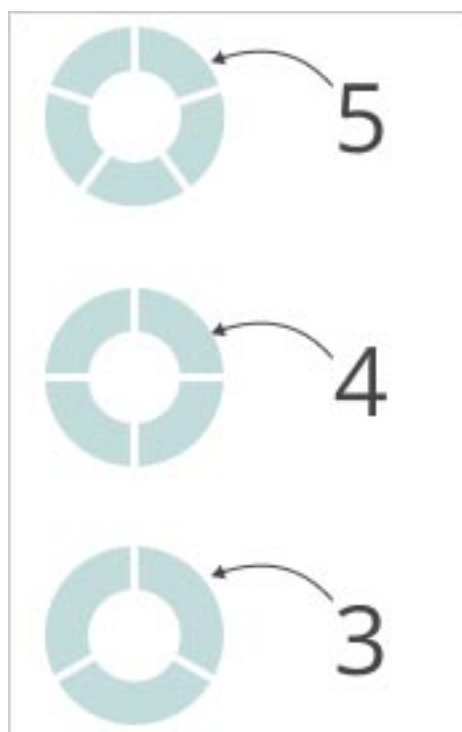
- Iniciar qualquer atividade agendada



Pode tocar no botão **INICIAR** em qualquer cartão para iniciar essa atividade. Isto permite-lhe controlar a ordem em que pretende realizar as atividades programadas. Pode percorrer os cartões para a esquerda ou para a direita para ver uma atividade específica.

- Visualizar quantas atividades já completou

Esta secção também apresenta a roda de atividade. A roda está dividida em secções com base no número de atividades incluídas na sua rotina.



Quando terminar uma atividade, o segmento correspondente é preenchido.



Uma vez concluída uma atividade, Floodlight™ MS:

- Apresenta o **Resumo** dos seus resultados para a atividade.



- Move o cartão dessa atividade para o final da linha.

Isto ajuda a manter as atividades pendentes à vista e facilmente acessíveis.

- Altera o botão **INICIAR** para a atividade para **RESUMO**, que pode utilizar para visualizar um resumo dos seus resultados para a atividade.



- Vai preenchendo um círculo em volta do ícone de atividade para mostrar a percentagem já concluída do objetivo definido para o período de tempo em questão. Por exemplo, se tiver de realizar a atividade Espremer um Tomate quatro vezes durante um período de tempo definido. Antes de completar a atividade pela primeira vez, o cartão de atividades tem o seguinte aspeto:



- À medida que vai realizando a atividade, o círculo em volta do ícone de atividades começa a ficar preenchido, como se mostra em seguida:



- Uma vez atingido o objetivo previsto para o período de tempo em questão, o círculo fica completamente preenchido e um sinal de visto verde é adicionado ao canto superior direito do cartão, como se mostra em seguida:



- Além disso, é também preenchido o segmento da roda de atividades correspondente à atividade concluída, apresentado um pouco acima dos cartões de atividades.

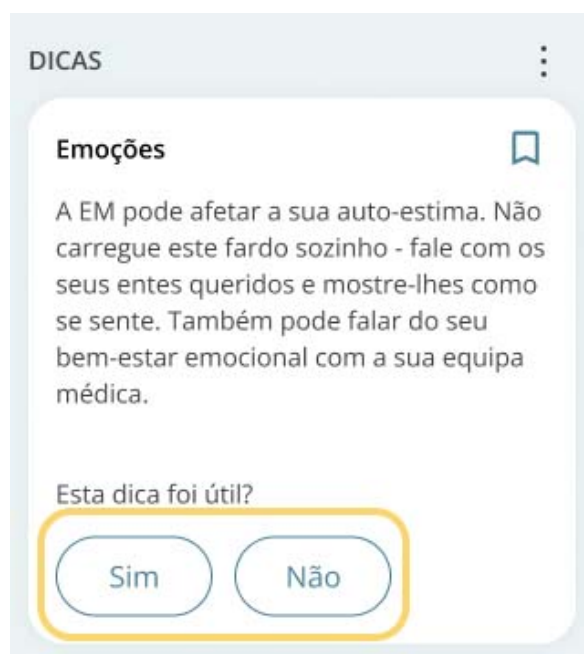


5.2.3 Ver Dicas


O **Painel de instrumentos** apresenta um carrossel de cartões com Dicas relacionadas com as várias categorias de avaliação e sintomas relacionados com a EM. Pode percorrer os cartões para a esquerda e para a direita para ver a dica anterior ou seguinte. As dicas apresentadas no seu **Painel de instrumentos** são atualizadas sempre que inicia sessão e incluem dicas em várias categorias. Pode utilizar as **DEFINIÇÕES DE DICAS** abaixo, para configurar as categorias para as quais pretende ativar ou desativar as dicas.

A partir de um cartão de dica:

- Pode fornecer feedback se a dica foi ou não útil.



Se tocar em **Não**, pode facultar feedback adicional para a dica selecionada.

Feedback 

Porque é que a dica não foi útil?

☒ Não é claro

☐ Já sei estas informações

☐ As informações são insuficientes

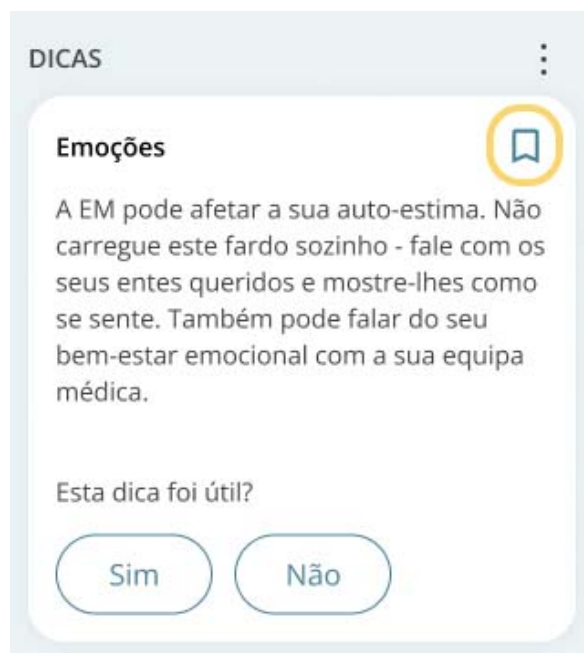
☐ Não é exequível para mim

☐ Prefiro não dizer

Submeter

A app apresenta as dicas mesmo no modo offline. Qualquer feedback que forneça durante o modo offline é guardado ao iniciar sessão da próxima vez.

- Pode guardar a dica e adicioná-la à sua lista de favoritos. Para guardar uma dica, toque no ícone de marcador no canto superior direito do cartão da dica. Ao guardar uma dica, a mesma é apresentada na secção **DICAS GUARDADAS** no **Centro de Conhecimento**. Pode tocar no mesmo ícone de marcador para remover uma dica da sua lista de dicas guardadas.

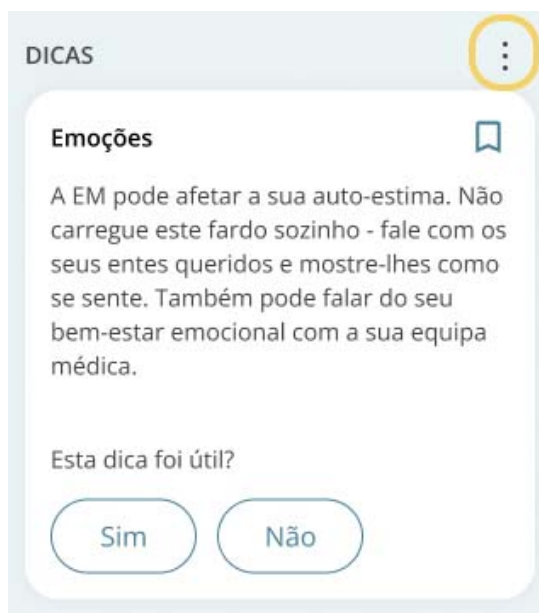


- Alguns cartões podem solicitar que conclua uma ação, como configurar um lembrete para a próxima consulta com o seu profissional de saúde ou para concluir as restantes atividades com base no seu plano diário.

Na secção DICAS, pode:

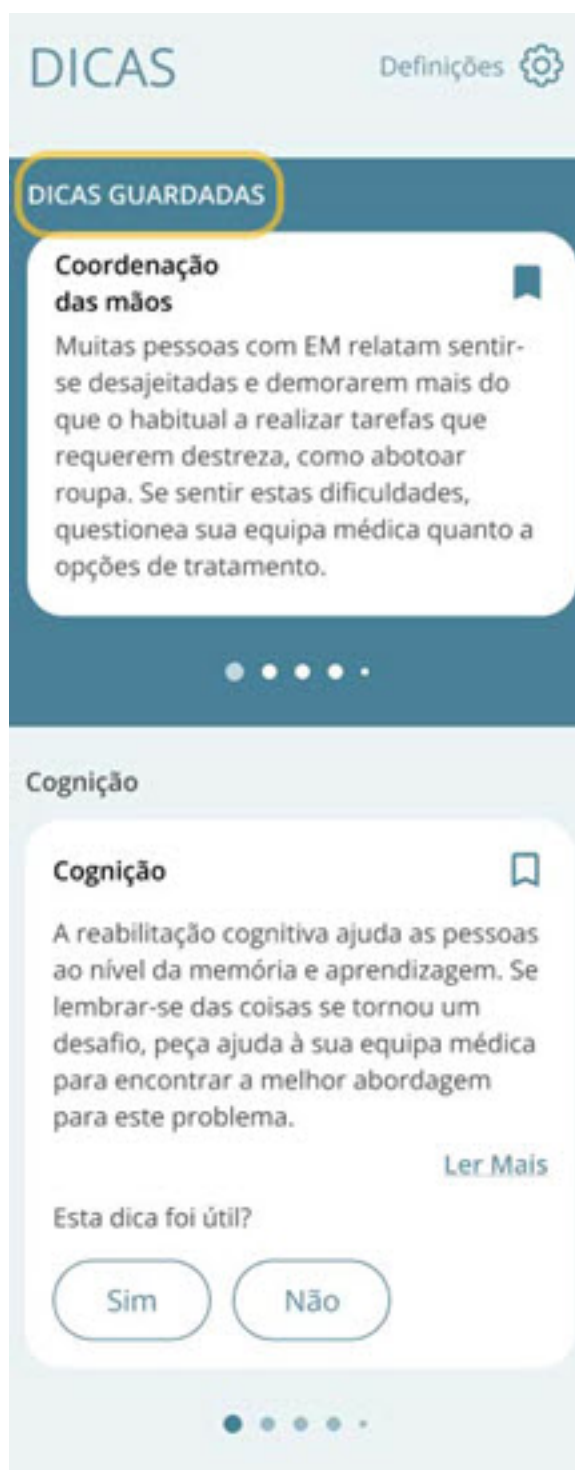
- Aceder ao **Centro de Conhecimento** para ver mais dicas e também as suas dicas guardadas.

Para aceder ao **Centro de Conhecimento**, toque nos três pontos apresentados na parte superior de um cartão na secção **DICAS**.

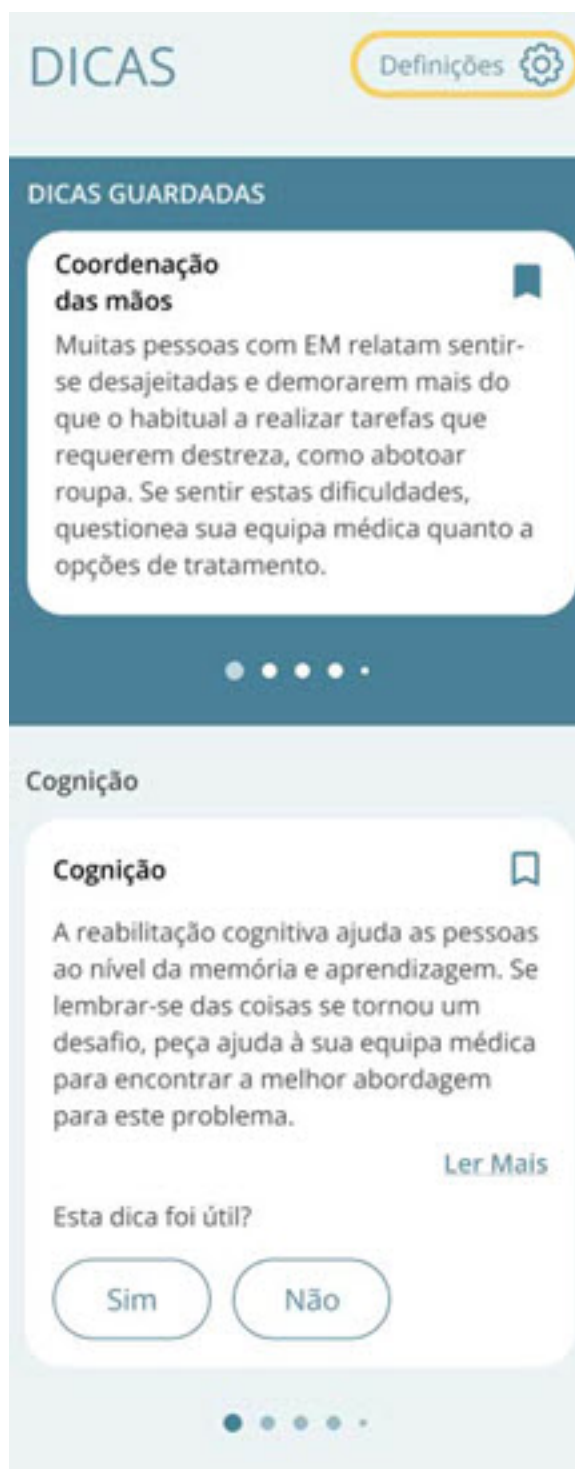


No Centro de conhecimento, pode:

- Ver as suas dicas guardadas.



- Aceda às **DEFINIÇÕES DE DICAS** para configurar os tópicos para os quais pretende ver dicas no seu **Painel de instrumentos** e no **Centro de Conhecimento**.



Configurar as Definições de dicas

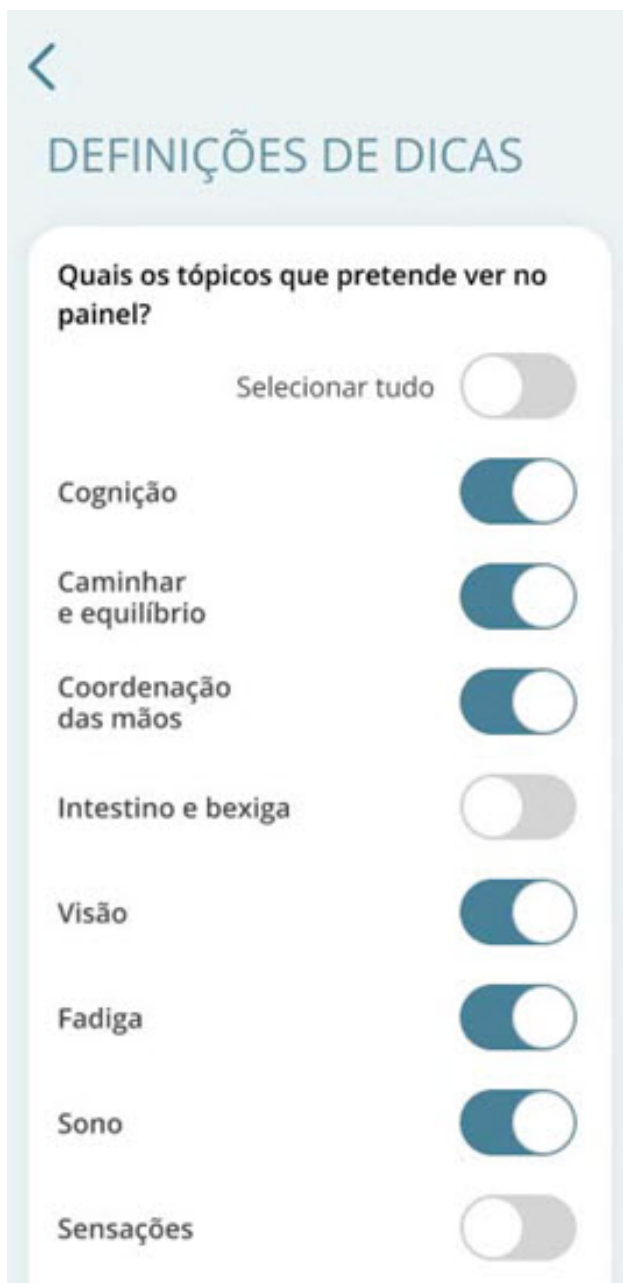
Pode utilizar as **DEFINIÇÕES DE DICAS** para configurar as categorias para as quais pretende ver **DICAS** no seu **Painel de instrumentos** e no **Centro de Conhecimento**. Após

fazer as alterações, toque no botão **Voltar**  no canto superior esquerdo para voltar ao **Centro de Conhecimento**.



Se desativar uma categoria para a qual tenha dicas guardadas, essas dicas deixarão de estar visíveis na secção **DICAS GUARDADAS** no **Centro de Conhecimento**. Para voltar a ver estas dicas, terá de ativar a categoria utilizando o ecrã **DEFINIÇÕES DE DICAS**.

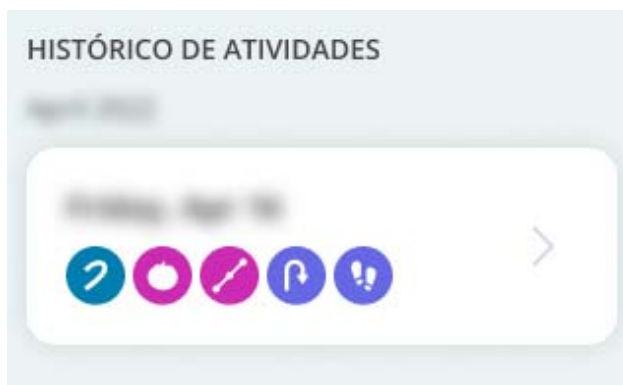
Também pode utilizar o botão **Selecionar tudo** na parte superior, para ativar ou desativar todas as categorias simultaneamente.



Pode ver as **DICAS** e atualizar as suas **DEFINIÇÕES DE DICAS** no modo offline. Se atualizar a versão da app, as suas **DEFINIÇÕES DE DICAS** serão guardadas. No entanto, se mudar de telemóvel, a sua seleção será reposta e terá de reconfigurar as **DEFINIÇÕES DE DICAS** no novo telemóvel.

5.2.4 Visualizar o histórico das suas atividades

O **HISTÓRICO DE ATIVIDADES** é a última secção do **Painel de instrumentos** e apresenta o histórico das atividades concluídas no passado. Cada caixa apresenta a data e um ícone para as atividades concluídas nesse dia.



Pode tocar em cada caixa para ver mais detalhes para cada uma das atividades concluídas nesse dia.



Para visualizar mais das suas atividades passadas, percorra o ecrã para cima no ecrã **Painel de instrumentos**.

5.2.5 Resumo de hoje

Depois de concluir uma atividade, a página **Resumo de hoje** apresenta os resultados da atividade. À medida que conclui mais atividades, os resultados são adicionados à página **Resumo de hoje**.


No caso de a aplicação não conseguir calcular os resultados de uma atividade específica, será apresentada a mensagem seguinte.



Neste caso, pode tocar em **REPETIR** para repetir a atividade no mesmo dia.

Esta página também apresenta o cartão **Como se sente hoje?**. No entanto, se abrir a secção **Diário** uma vez, este cartão não é apresentado durante o resto do dia, independentemente de ter ou não preenchido o seu diário.

5.3 Dados históricos

Acompanhar os seus dados ao longo do tempo pode ajudar a melhorar as conversas com o seu profissional de saúde sobre como gerir a sua EM. Pode analisar e partilhar os dados históricos de todas as atividades que tenha concluído. Na barra de navegação na parte inferior, toque no ícone **Dados do histórico**  para ver os seus dados.

Os seus dados

Part.

Função da mão

Espremer um Tomate

Tomates espremidos



Mão esquerda

Mão direita

? O que significa isto?

Desenhar uma forma

Celeridade



Mão esquerda

Mão direita

? O que significa isto?



Nota

No modo offline, os gráficos no ecrã **Os seus dados** não mostram quaisquer dados de avaliação. Isto para garantir que os dados apresentados num gráfico estão sempre atualizados.

5.3.1 Os seus dados

O ecrã **Os seus dados** apresenta gráficos nas seguintes categorias:

- **Destreza manual:** esta secção apresenta gráficos para as atividades **Espremer um tomate** e **Desenhar uma forma** que avaliam a destreza manual.
- **Cognição:** esta secção apresenta gráficos para a atividade **Correspondência de símbolos** que avalia a função cognitiva.
- **Caminhar:** esta secção apresenta gráficos para as atividades **Inversão de marcha** e **Caminhar 2 minutos**, que avaliam a capacidade para caminhar.
- **Diário:** esta secção apresenta gráficos para as pesquisas **Estado de espírito e estado físico** e **Sintomas** relacionados com o seu bem-estar emocional e físico.

Para cada atividade:

- Irá visualizar os dados dos últimos 90 dias. No entanto, pode deslocar um gráfico para a esquerda ou para a direita para ver dados adicionais até um ano no passado.
- Irá visualizar um registo para cada dia em que concluiu essa atividade.
- Pode tocar na etiqueta **O que significa isto?** sob cada gráfico para obter mais detalhes sobre os dados apresentados no gráfico.

Função da mão



- Pode tocar no botão expandir para ver uma vista horizontal dos gráficos. Isto permite-lhe visualizar mais dados ao mesmo tempo que uma parte maior do ecrã pode ser usada para apresentar os seus dados.

Função da mão



Também pode ver os gráficos no modo horizontal, rodando o telefone para o modo horizontal.



- Pode tocar num ponto de dados para ver mais informações sobre o resultado.

Função da mão



Espremer um Tomate — Gráfico

Como ler este gráfico: a sua pontuação de **Espremer um Tomate** mostra quantos tomates espremeu. Uma pontuação mais alta significa que espremeu mais tomates, o que normalmente indica uma melhor destreza manual.

É normal que a pontuação varie de dia para dia. Durante as primeiras semanas de utilização, as suas pontuações podem melhorar simplesmente porque se torna mais familiarizado com o teste. Com o tempo, as suas pontuações vão começar a estabilizar e a refletir as tendências a longo prazo. Pode utilizar este gráfico para visualizar tendências a longo prazo e debater com o seu profissional de saúde.



As atividades de medição das funções motoras das mãos são concluídas com as mãos direita e esquerda. Pode alternar entre os dados para a mão esquerda e direita clicando no botão **Mão esquerda/Mão direita** nesta secção.

Desenhar uma Forma — Gráfico

Como ler este gráfico: a sua pontuação de **Desenhar uma Forma** mede a celeridade, que é uma combinação da rapidez e precisão com que foi capaz de desenhar todas as formas. Uma pontuação mais alta significa que foi mais rápido e preciso, o que normalmente indica uma melhor destreza manual.

É normal que a pontuação varie de dia para dia. Durante as primeiras semanas de utilização, as suas pontuações podem melhorar simplesmente porque se torna mais familiarizado com o teste. Com o tempo, as suas pontuações vão começar a estabilizar e a refletir as tendências a longo prazo. Pode utilizar este gráfico para visualizar tendências a longo prazo e debater com o seu profissional de saúde.



As atividades de medição das funções motoras das mãos são concluídas com as mãos direita e esquerda. Pode alternar entre os dados para a mão esquerda e direita clicando no botão **Mão esquerda/Mão direita** nesta secção.

Correspondência de Símbolos — Gráfico

Como ler este gráfico: a sua pontuação de **Correspondência de Símbolos** mostra quantos símbolos fez corresponder corretamente. Uma pontuação mais alta significa que fez corresponder mais símbolos e normalmente indica um processamento mais rápido de informações.

É normal que a pontuação varie de dia para dia. Durante as primeiras semanas de utilização, as suas pontuações podem melhorar simplesmente porque se torna mais familiarizado com o teste. Com o tempo, as suas pontuações vão começar a estabilizar e a refletir as tendências a longo prazo. Pode utilizar este gráfico para visualizar tendências a longo prazo e debater com o seu profissional de saúde.



Inversão de Marcha — Gráfico

Como ler este gráfico: a sua pontuação de **Inversão de marcha** mostra a rapidez com que conseguiu concluir as inversões de marcha. Uma pontuação mais alta significa que fez as curvas mais rapidamente e normalmente indica uma melhor capacidade para caminhar e de equilíbrio.

É normal que a pontuação varie de dia para dia. Durante as primeiras semanas de utilização, as suas pontuações podem melhorar simplesmente porque se torna mais familiarizado com o teste. Com o tempo, as suas pontuações vão começar a estabilizar e a refletir as tendências a longo prazo. Pode utilizar este gráfico para visualizar tendências a longo prazo e debater com o seu profissional de saúde.



Caminhar 2 Minutos — Gráfico

Como ler este gráfico: a sua pontuação de **Caminhar 2 minutos** mede a sua intensidade de caminhada, calculando a média da força que aplica em cada passo. Uma pontuação mais alta significa que caminhou com maior intensidade e normalmente indica uma melhor capacidade para caminhar.

É normal que a pontuação varie de dia para dia. Durante as primeiras semanas de utilização, as suas pontuações podem melhorar simplesmente porque se torna mais familiarizado com o teste. Com o tempo, as suas pontuações vão começar a estabilizar e a refletir as tendências a longo prazo. Pode utilizar este gráfico para visualizar tendências a longo prazo e debater com o seu profissional de saúde.



Estado de Espírito e Estado Físico — Gráfico

Como ler este gráfico: este gráfico mostra o **Estado de espírito** e **estado físico** que selecionou ao atualizar o seu **Diário**. As cinco opções que pode selecionar são:

- Muito bem (MB)
- Bem (B)
- Razoável (R)
- Mau (M)
- Muito mau (MM)



Abaixo do gráfico, são apresentados os sintomas específicos, agrupados por categoria, e o número de vezes que os relatou no mês selecionado.

Por predefinição, o gráfico **Sintomas** apresenta dados de três meses e pode utilizar o botão do mês, realçado na imagem abaixo, para ver os dados de um mês específico. Ao contrário dos outros gráficos, **não pode deslocar** o gráfico **Sintomas** para ver dados num período superior a três meses. No entanto, se rodar o telemóvel para visualizar os gráficos na vista horizontal, o gráfico **Sintomas** também apresenta os dados do ano anterior.

5.3.2 Partilhar os seus dados

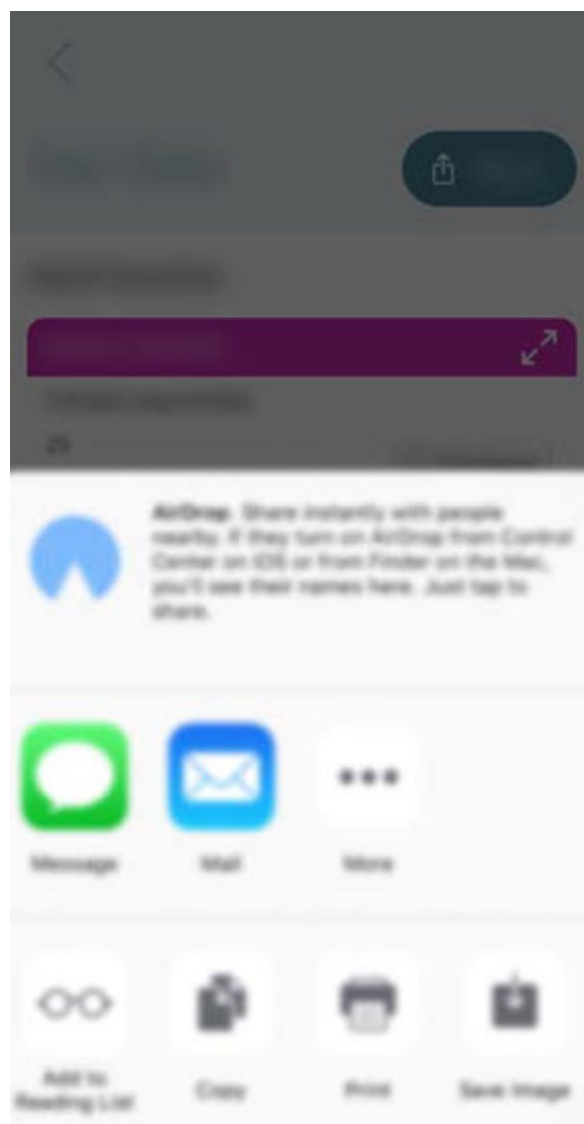
Floodlight™ MS partilha automaticamente os seus dados com o seu profissional de saúde que pode visualizar estes dados em Floodlight™ MS Healthcare Professional's Portal. Também pode partilhar manualmente os seus dados a qualquer momento a partir do ecrã **Dados do histórico**.

Para partilhar os seus dados:

1. Toque em **Partilhar**.




2. No ecrã **Partilhar os seus dados**:
 - a. Selecione o intervalo de datas cujos dados pretende partilhar. Pode selecionar qualquer uma das seguintes opções:
 - Últimos 3 meses
 - Últimos 6 meses
 - Ano passado
 - b. Selecione o formato que pretende utilizar para partilhar os seus dados. Pode partilhar os seus dados como ficheiro **PDF** ou como ficheiro **Comma Separated Values (CSV)**.
 - c. Toque em **PARTILHAR**.
3. Quando o ficheiro estiver pronto, selecione a opção que pretende utilizar para partilhar os seus dados.



Pode visualizar mais ou menos opções com base nas definições do seu telemóvel.

5.4 Diário

Pode utilizar a secção **Diário** para registar o seu estado de espírito, estado físico e quaisquer sintomas que possa estar a sentir num determinado dia. Isto irá ajudá-lo, enquanto pessoa que vive com esclerose múltipla (EM), a registar e rever como se sente mental e fisicamente numa base diária.

Pode aceder a **O seu diário** através do ícone **Diário**  na barra de **navegação** na parte inferior do seu ecrã. Pode atualizar **O seu diário** para registar como se sente e quaisquer sintomas que possa estar a sentir. Também pode indicar se achar que sofreu um surto.

Pode fazer atualizações em **O seu diário** mesmo no modo offline. Os últimos valores selecionados são guardados quando voltar a estar online.

Para registar o seu estado de espírito ou estado físico:

1. No cartão **ESTADO DE ESPÍRITO**, selecione um dos quadrados para registar como se sente. Os cinco quadrados representam os seguintes valores da esquerda para a direita:
 - Muito mau (MM) — (Vermelho)
 - Mau (M) — (Laranja)
 - Razoável (R) — (Amarelo)
 - Bom (B) — (Verde claro)
 - Muito bem (MB) — (Verde Escuro)



Quando seleciona um quadrado, todos os quadrados à esquerda também são

preenchidos e a cor depende do valor selecionado, como apresentado abaixo:

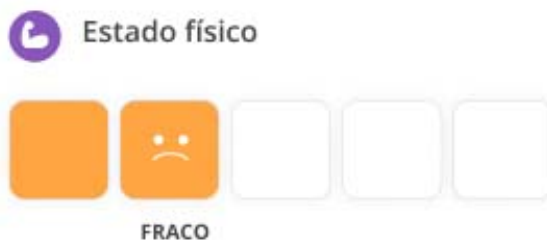


2. No cartão **ESTADO FÍSICO**, selecione um dos quadrados para registrar como se sente fisicamente. Os cinco quadrados representam os seguintes valores da esquerda para a direita:

- Muito mau (MM) — (Vermelho)
- Mau (M) — (Laranja)
- Razoável (R) — (Amarelo)
- Bom (B) — (Verde claro)
- Muito bem (MB) - (Verde Escuro)



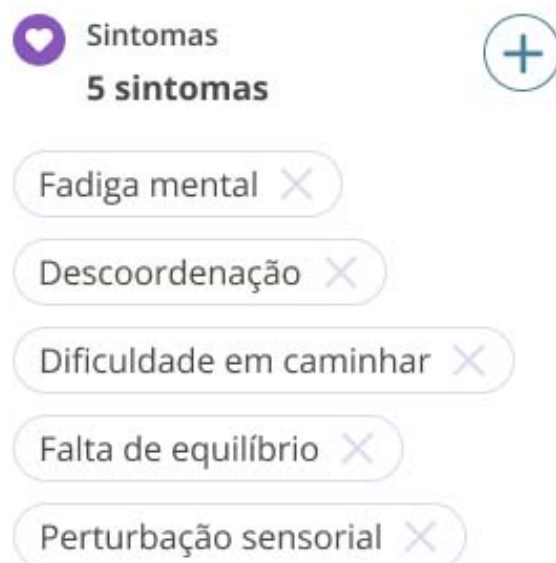
Os quadrados nos cartões **ESTADO FÍSICO** e **ESTADO DE ESPÍRITO** comportam-se de forma semelhante.



Para registar os seus sintomas:

1. Toque no ícone no cartão **SINTOMAS**.
2. Nos ecrãs seguintes, selecione os sintomas que está a sentir. Os sintomas são agrupados nas seguintes categorias:
 - Mente
 - Mão e braço
 - Membros inferiores
 - Caminhar
 - Intestino e bexiga
3. Utilize as setas para a frente e para trás na parte inferior do ecrã para se deslocar entre as categorias. Pode deslocar-se entre as categorias sem seleccionar qualquer valor para uma categoria.
4. Depois de ter registado todos os seus sintomas, toque no botão **GUARDAR**, que só é apresentado depois de ter percorrido todas as categorias, independentemente de ter ou não seleccionado quaisquer sintomas.

Os sintomas seleccionados são apresentados no cartão **SINTOMAS**.



Quaisquer sintomas que tenha seleccionado no dia anterior não são apresentados no cartão **SINTOMAS**. Só mostra a sua selecção de sintomas para o dia.

Para indicar um surto:

1. Pode utilizar o último cartão em **O seu diário** para indicar se sofreu um surto. Toque no cartão **SURTO**.



2. No ecrã seguinte, registe a sua resposta para a pergunta **Já teve algum surto?**
3. Também pode tocar na ligação **O que é um surto?** para obter mais informações sobre o que é um surto.
4. Toque no botão **Submeter**.


Pode editar as suas respostas para as perguntas de Estado de espírito, Estado Físico, Sintomas e Surto a qualquer momento no mesmo dia. No entanto, no final do dia, os valores são guardados no seu histórico do diário e já não os poderá editar.

5.5 Assistência e feedback

A partir da secção Assistência e feedback, pode aceder aos seguintes recursos adicionais para a utilização da app:

- **Perguntas frequentes:** utilize esta opção para aceder a algumas das Perguntas frequentes e respectivas respostas, que podem ajudar a resolver problemas semelhantes enquanto utiliza a app.
- **Contacte-nos:** utilize esta opção para obter o e-mail e o número de telefone para contactar a assistência Roche para o seu país/região.
- **Manual do utilizador:** utilize esta opção para aceder a este manual do utilizador.

5.6 Definições

O ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã leva-o ao ecrã **Definições**. Pode utilizar estas definições para personalizar a app de acordo com as suas necessidades.



No ecrã **Definições**, pode:

- **Atualizar o seu perfil de utilizador** (na página 114)
- **Mudar de Profissional de saúde** (na página 117)
- **Atualizar o seu plano** (na página 118)
- **Atualizar lembretes** (na página 127) para concluir as suas atividades
- **Atualize o seu lembrete de Consulta** (na página 134)
- **Ativar ou desativar a Biometria** (na página 138)
- **Solicitar os seus dados** (na página 139)
- **Alterar a sua palavra-passe** (na página 139)
- **Ligar-se a um sistema EMR** (na página 142)

Além disso, pode:

- Rever este Manual do utilizador, o rótulo do produto, o Aviso de Privacidade e os Termos e Condições de Floodlight™ MS
- **Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application** (na página 145)
- **Eliminar a sua conta** (na página 147)

5.6.1 Atualizar o seu perfil de utilizador

As informações que fornece no seu perfil de utilizador permitem ao seu profissional de saúde localizar os seus dados e analisá-los consigo durante a próxima consulta. É-lhe pedido para concluir o seu perfil **duas semanas** depois de se inscrever, se ainda não o tiver feito.

Para atualizar o seu Perfil de utilizador:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.



2. No ecrã **Definições**, toque em **O meu perfil**.




3. No ecrã **Informações do meu perfil**:
 - a. Introduza o seu **NOME PRÓPRIO**.
 - b. Introduza o seu **APELIDO**.
 - c. Utilize o selecionador de datas para selecionar a sua **DATA DE NASCIMENTO**.
 - d. Selecione o seu **SEXO BIOLÓGICO**. Pode selecionar qualquer uma das seguintes opções:
 - Masculino
 - Feminino

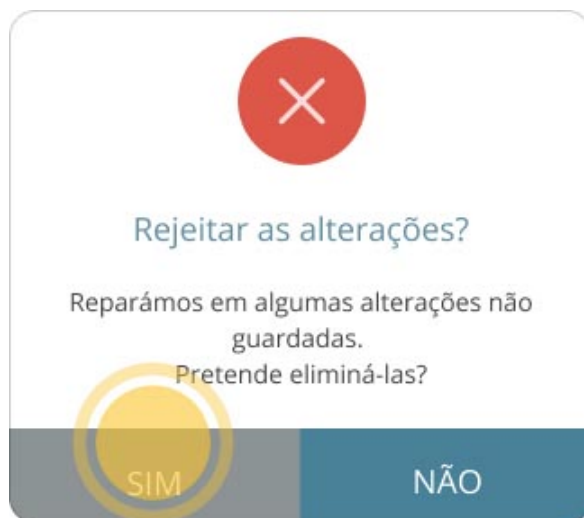
- Interssexo
 - Prefiro não responder
- e. Selecione o seu **PAÍS**.
 - f. Selecione o seu **DIAGNÓSTICO**.
 - g. Selecione o **ANO DIAGNOSTICADO**.
 - h. Toque em **GUARDAR**.

Sugestão: só pode guardar o seu perfil depois de concluir todos os campos listados acima.

4. Se as suas alterações forem guardadas com sucesso, Floodlight™ MS apresenta o ecrã **Definições**.

Para cancelar as alterações ao seu Perfil de utilizador:

1. Toque no botão **Voltar**  na parte superior esquerda do ecrã **Informações do meu perfil**.
2. A mensagem de **Confirmação** é apresentada, conforme indicado abaixo:



3. Toque em **SIM** para confirmar que pretende descartar as alterações no perfil.
4. É apresentado o ecrã **Definições**.

Também pode tocar em **NÃO**, para voltar ao ecrã **Informações do meu perfil** e continuar a fazer alterações no seu perfil de utilizador.


5.6.2 Mudar de Profissional de saúde

Se mudar de profissional de saúde, pode utilizar esta opção para se conectar ao seu novo profissional de saúde se este também utilizar Floodlight™ MS. Também pode utilizar esta opção para se conectar a um novo profissional de saúde se receber um e-mail da instituição do seu profissional de saúde a informar de que lhe foi atribuído um novo profissional de saúde. Neste caso, deverá conectar-se ao novo profissional de saúde no prazo de quatro semanas, após o qual não poderá realizar as suas atividades diárias. Se não se tiver conectado a um novo profissional de saúde após oito semanas, não poderá utilizar a app, a menos que conclua os passos necessários para se conectar a um novo profissional de saúde.

Pré-requisito

Os seus dados de Floodlight™ MS serão partilhados com o seu profissional de saúde. Para se registar em Floodlight™ MS e partilhar os dados que recolhe com o seu profissional de saúde, é necessário um código de inscrição (QR ou alfanumérico) único. Irá receber este código de inscrição do seu profissional de saúde. Se não tiver recebido esta informação, contacte o seu profissional de saúde.

Para mudar de profissional de saúde:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições** toque em **O meu Profissional de saúde**.



3. No ecrã **Está ligado a:**, toque em **Alterar**.



4. No ecrã seguinte, pode ligar-se ao seu novo profissional de saúde:
 - a. Através da leitura do código QR
 - b. Introduzindo o código de inscrição numérico

Para obter mais informações, consulte **Conectar ao seu Profissional de saúde** (na página 33).

5.6.3 Atualizar o seu plano

Discuta com o seu profissional de saúde quais as atividades mais adequadas para si e com que frequência as deve realizar. Em seguida, pode utilizar a opção **A minha agenda** para definir o seu plano. O seu plano pode ser organizado em três períodos de tempo diferentes:

- **Semanal:** o monitorizador de atividades é reposto na segunda-feira de cada semana.
- **A cada duas semanas:** o monitorizador de atividades é reposto a cada duas semanas.

- **Mensalmente:** o monitorizador de atividades é reposto no primeiro dia de cada mês.

Estes períodos de tempo são utilizados para determinar o modo como os seus objetivos são apresentados nos cartões de atividades no Painel de instrumentos. Por exemplo, se o período de tempo definido for **Semanal**, os seus objetivos são calculados com base na frequência/semana. No entanto, se o período de tempo definido for **Mensalmente**, os seus objetivos são calculados com base na frequência/mês. Para obter mais informações, consulte [A sua rotina \(na página 71\)](#).

A definição do seu plano é um processo em três etapas:


1. Selecione o período de tempo a utilizar.
2. Selecione as atividades que pretende realizar.

Quando desativa uma atividade, esta já não será apresentada na secção **A SUA SEMANA** do **Painel de instrumentos**. Para obter mais informações, consulte [A sua rotina \(na página 71\)](#).

3. Defina a frequência de cada uma das atividades conforme necessário.

Isto determina quantas vezes irá realizar cada atividade no período de tempo definido.

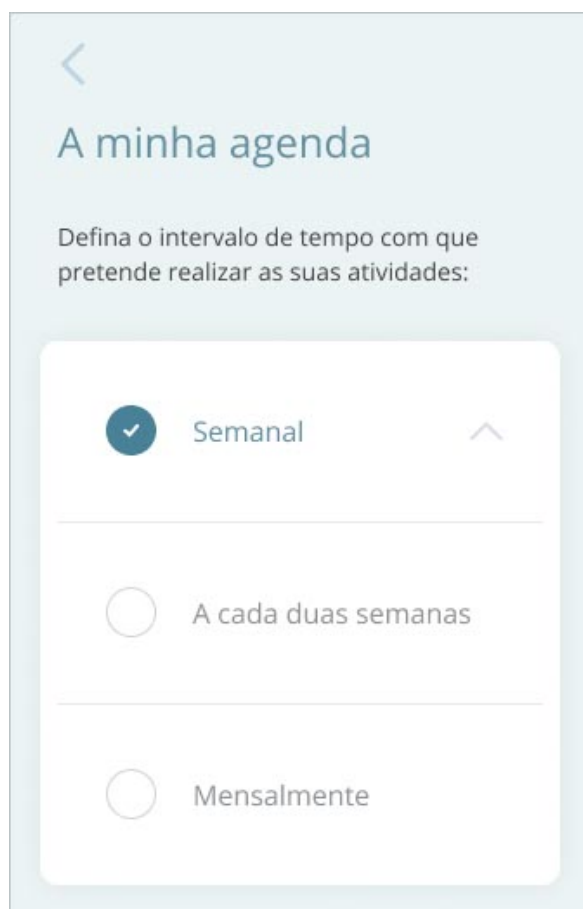
Passo 1: Começar e definir o período de tempo a utilizar:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições** toque em **A minha agenda**.



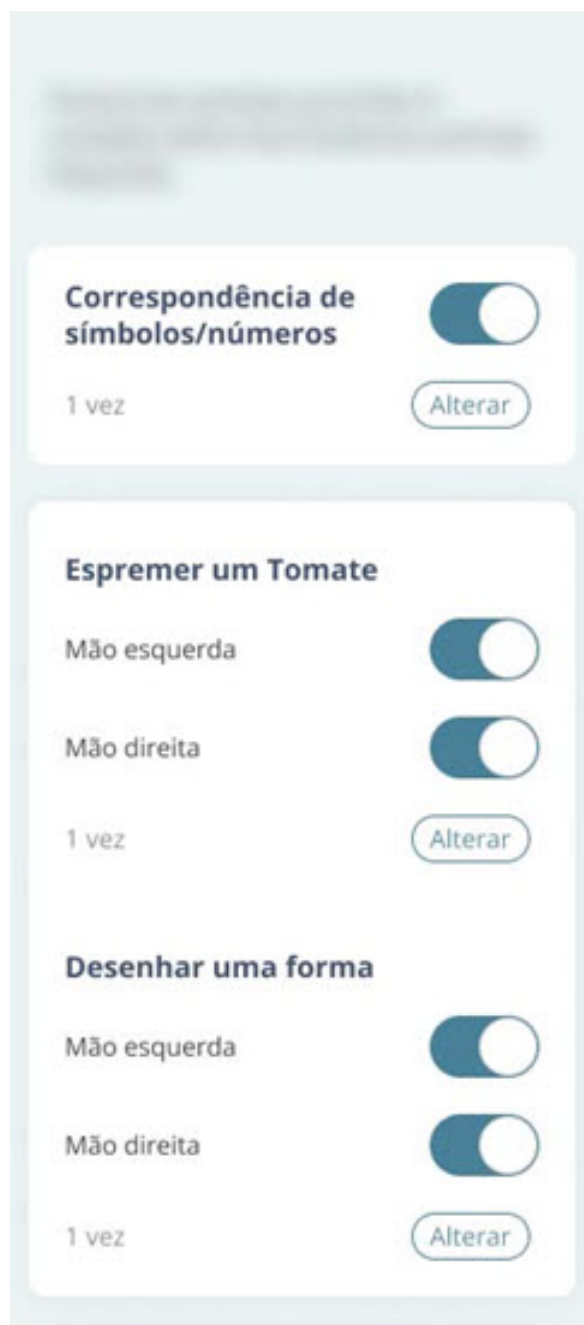
3. Utilize o primeiro controlo no ecrã **A minha agenda** para definir o período de tempo para as suas atividades. Pode selecionar qualquer uma das seguintes opções (a opção

Semanal é selecionada por predefinição):



Passo 2: Selecionar as atividades para o seu plano:

1. Toque no botão ao lado de cada atividade para a incluir ou excluir do seu plano. Por exemplo, a imagem seguinte mostra que todas as atividades, exceto a atividade **Desenhar uma Forma**, estão incluídas no plano.



2. Toque no botão ao lado de **Desenhar uma Forma** para a incluir no seu plano:

Escolha as atividades que gostaria de completar nesse intervalo de tempo e com que frequência:

Correspondência de símbolos/números ☒

1 vez [Alterar](#)

Espremer um Tomate

Mão esquerda ☒

Mão direita ☒

1 vez [Alterar](#)

Desenhar uma forma

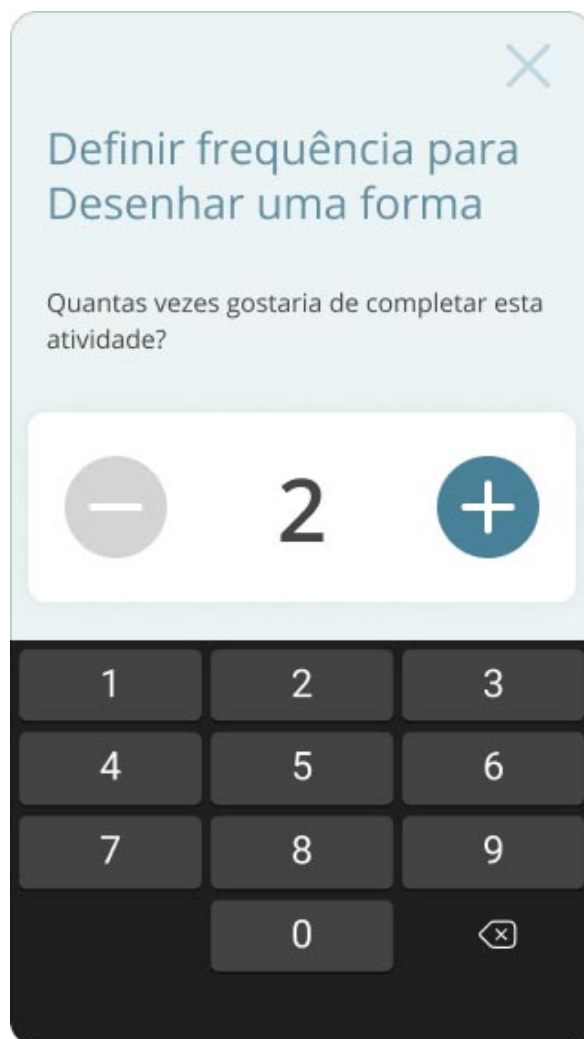
Mão esquerda ☒

Mão direita ☒

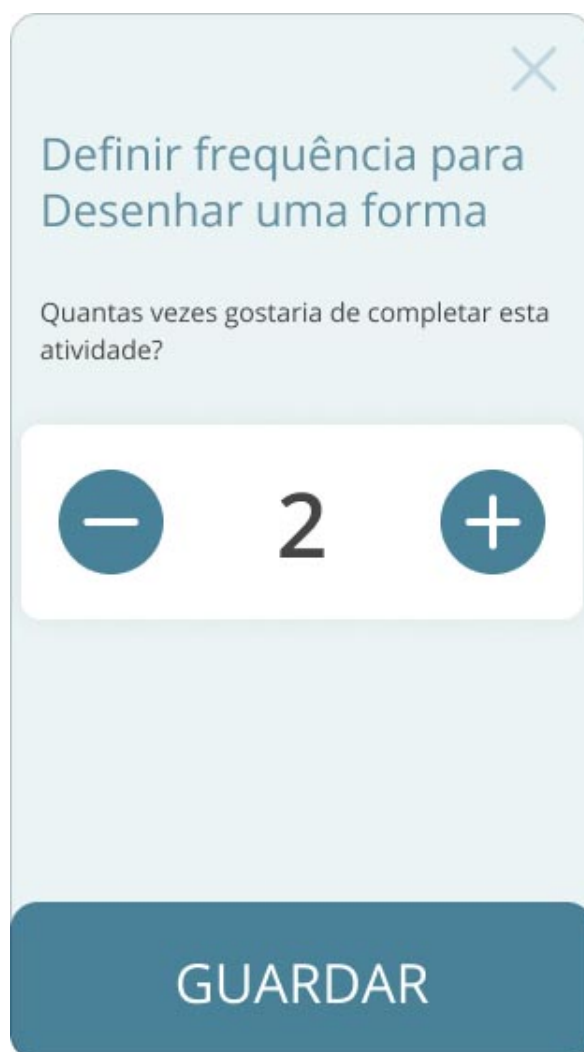
1 vez [Alterar](#)


Passo 3: Definir a frequência de cada atividade:

1. Toque em **Alterar** por baixo da atividade para a qual pretende definir a frequência.
2. No ecrã seguinte, utilize os botões **+** ou **-** para especificar a frequência. Também pode utilizar o teclado para introduzir um número:



3. Não é possível seleccionar ou introduzir um número superior ao máximo permitido no período de tempo em questão. Por exemplo, se o período de tempo for **Semanal**, não pode definir uma frequência superior a **7**. Da mesma forma, se o período de tempo for **Mensalmente**, não pode definir uma frequência superior a **28**.
4. Toque em qualquer ponto do ecrã para fechar o teclado.
5. Toque em **Guardar** para guardar as alterações à frequência da atividade.



6. Também pode tocar no botão **Cancelar**  no canto superior direito se não pretender guardar as alterações.

Os novos valores são apresentados por baixo da atividade cuja frequência editou:



Correspondência de símbolos/números
1 vez
[Alterar](#)

Espremer um Tomate
1 vez
[Alterar](#)

Desenhar uma forma
2 vezes
[Alterar](#)

Inversão de Marcha
1 vez
[Alterar](#)

Caminhar 2 minutos
1 vez
[Alterar](#)



Depois de ter feito todas as alterações, toque no botão **Voltar** no canto superior esquerdo. As suas alterações são guardadas e a app leva-o de volta ao ecrã **Definições**.

Nota

Não é possível desligar a secção **Estado diário** da sua rotina.

Nota

Uma vez que só pode realizar a atividade **Correspondência de Símbolos/Números** uma vez em sete dias, não é possível definir a frequência para:


- Mais de **1** para o período de tempo **Semanal**
- Mais de **2** para o período de tempo **A cada duas semanas**
- Mais de **4** para o período de tempo **Mensalmente**

Cada período de tempo pode ter uma frequência diferente para cada atividade. Por exemplo, pode definir a frequência **Semanal** como 2 e a frequência **Mensalmente** como 6.

Indicar qual a mão a usar

Se não conseguir utilizar uma mão específica para realizar as atividades Desenhar uma Forma e Espremer um Tomate, pode indicar isso no ecrã **A minha agenda** em **Definições**. Assim, a aplicação não irá recomendar o uso dessa mão.

Para indicar que não é capaz de usar uma mão específica:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições** toque em **A minha agenda**.



3. Nas atividades Espremer um Tomate e Desenhar uma Forma existem dois botões para a Mão esquerda e Mão direita. Pode desligar qualquer um destes botões para indicar que não é capaz de usar essa mão para realizar a atividade em questão.

Por exemplo, para indicar que não pode usar a mão direita para realizar a atividade Espremer um Tomate, desligue o botão para a Mão direita para a atividade Espremer um

Tomate, como apresentado abaixo:



Se ambas as mãos estiverem desligadas para uma atividade, o cartão de atividade é removido do carrossel no seu **Painel de instrumentos**. Se uma mão estiver desligada para uma atividade, a aplicação deixa de lhe pedir para realizar a atividade com essa mão.

5.6.4 Atualizar lembretes

Pode configurar lembretes para o ajudar a manter-se no caminho certo do seu objetivo. Há duas categorias de lembretes na app:

- **NOTIFICAÇÕES NA APLICAÇÃO:** estes são os **Lembretes de atividade** que pode configurar para ajudar a manter-se no caminho certo com o seu plano e os seus objetivos. Estas incluem as notificações push no seu telefone e só as receberá se tiver ativado a notificação para a app no seu telefone. Para obter mais informações, consulte [Permitir notificação](#) (na página 57).
- **NOTIFICAÇÕES POR E-MAIL:** estas incluem notificações do seu profissional de saúde acerca do seu progresso em Floodlight™ MS. Estas mensagens de e-mail são enviadas para o endereço que utiliza para iniciar sessão na app. Se desativar a notificação **Apoio da sua equipa médica**, o seu profissional de saúde não lhe poderá enviar e-mails através de Floodlight™ MS Healthcare Professional's Portal.

No ecrã **Lembretes**, pode utilizar o botão correspondente para ativar ou desativar uma categoria de notificações.

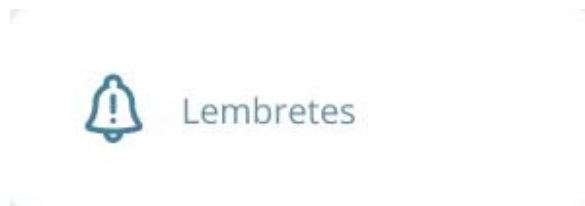


Para definir o seu lembrete de atividade:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.



2. No ecrã **Definições**, toque em **Lembrete**.



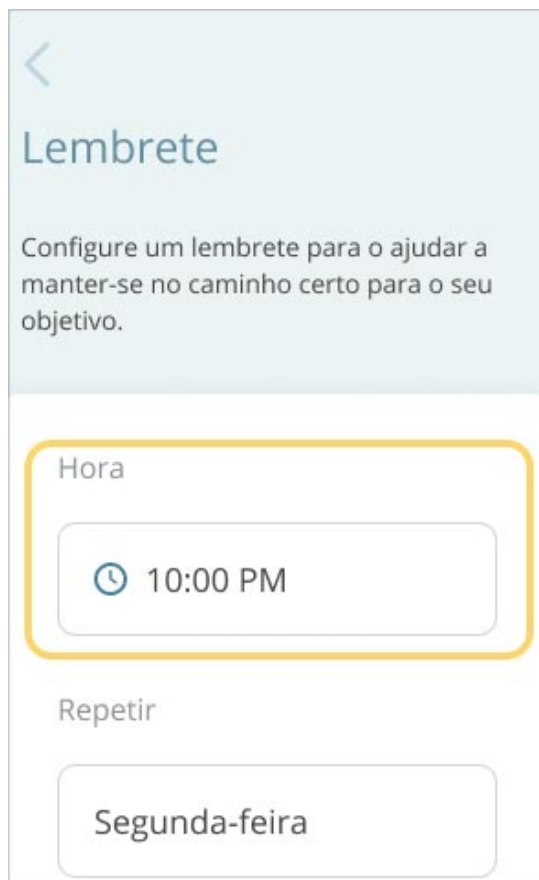
3. No ecrã **Lembrete**:
 - a. Certifique-se de que o botão **Lembretes de atividade** está ativado.



- b. Toque em **Alterar**.



- c. Utilize o primeiro controlo para seleccionar a hora em que o lembrete deve ser apresentado no seu telemóvel:



<

Lembrete

Configure um lembrete para o ajudar a manter-se no caminho certo para o seu objetivo.

Hora

🕒 10:00 PM

Repetir

Segunda-feira

- d. Utilize o segundo controlo para seleccionar o dia/dias da semana em que deve ser apresentado o lembrete para realizar as suas atividades:

<

Lembrete

Configure um lembrete para o ajudar a manter-se no caminho certo para o seu objetivo.

Hora

🕒 10:00 PM

Repetir

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira


Quinta-feira

Sexta-feira

Sábado

Domingo

Pode seleccionar quantos dias quiser. Quando toca num dia da semana, este é seleccionado. Se voltar a tocar no mesmo dia, anula a selecção.


- e. Quando acabar, toque no botão **Voltar**  no canto superior esquerdo, para guardar os seus lembretes e voltar ao ecrã **Definições**.

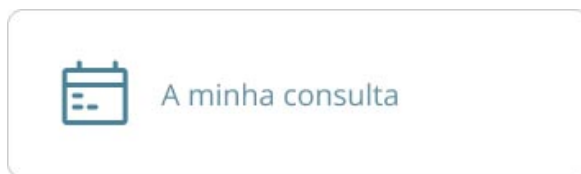
Se tiver ativado as notificações push para a app no seu telemóvel, no dia e hora que tiver selecionado, irá receber um lembrete para concluir as suas atividades.

5.6.5 Atualize o seu lembrete de Consulta

Pode adicionar e atualizar um lembrete de consulta no ecrã **Definições** ou no seu **Painel de Instrumentos** (consulte [Adicionar um lembrete de Consulta](#) (na página 67)).

Para adicionar uma consulta a partir do ecrã Definições:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, toque em **A Minha Consulta**.



3. No ecrã **A minha consulta**:
 - a. Toque em **Adicionar a sua consulta**.

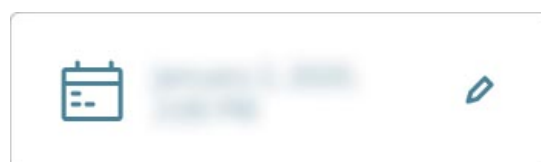


- b. Selecione a data e a hora da sua próxima consulta no selecionador de datas.



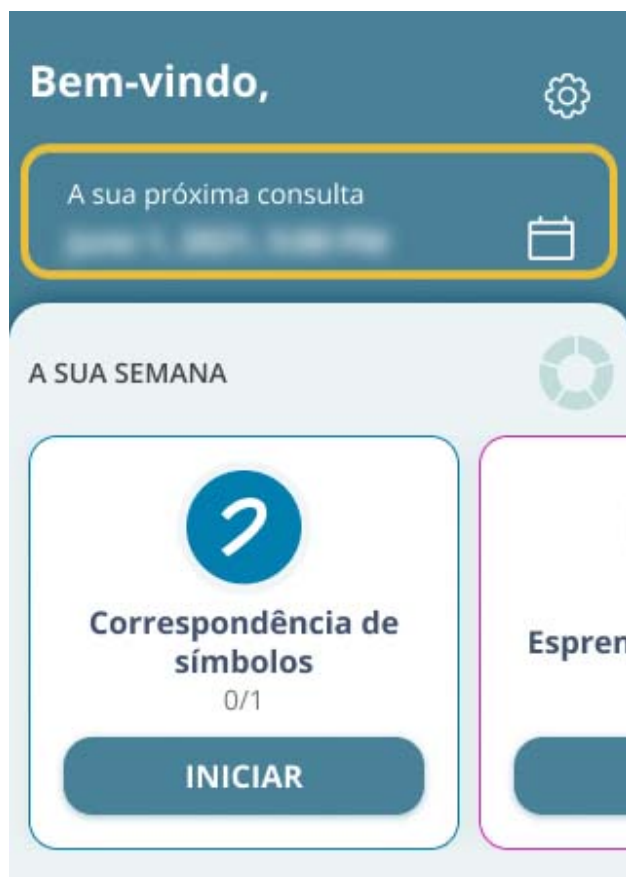
c. Toque em **Concluído**.

A sua consulta foi adicionada.



Depois de adicionar um lembrete de consulta, pode tocar no ícone do lápis ao lado da data da consulta para editar a data ou a hora da sua consulta. Pode editar um lembrete de consulta a qualquer momento até à sua consulta.

Também pode ver este lembrete de consulta no seu **Painel de instrumentos**, conforme indicado abaixo:




Pode ver os seus lembretes de consultas passadas na lista **Consultas Anteriores**, conforme indicado abaixo:



5.6.6 Ativar ou desativar a Biometria

Se tiver ativado o Touch ID® ou o Face ID® num telemóvel iOS, ou ativado a Biometria num telemóvel Android, pode utilizar os dados biométricos para iniciar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application. Pode ativar a opção Biometria quando iniciar sessão pela primeira vez ou pode utilizar a opção Definições > Biometria para ativar ou desativar esta funcionalidade a qualquer momento.

Para ativar/desativar a Biometria para Floodlight™ MS:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, toque em **Biometria**.

3. Para ativar/desativar a **Biometria** para iniciar sessão, toque no botão da direita.
4. Utilize o botão **Voltar** para voltar ao ecrã **Definições**.

5.6.7 Solicitar os seus dados


Pode contactar-nos a qualquer momento para obter uma cópia dos seus dados.

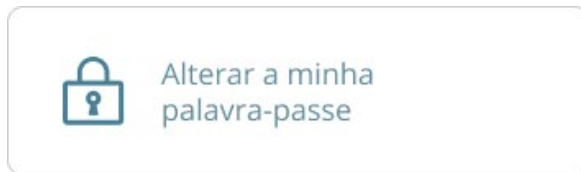
- **Por e-mail:**
 - **Austrália** — floodlightms_support.au@roche.com
 - **Áustria** — floodlight_support.at@roche.com
 - **Alemanha** — grenzach.support_floodlight@roche.com
 - **Itália** — italy.floodlightms@roche.com
 - **Portugal** — floodlightms_support.pt@roche.com
 - **Espanha** — FloodlightMS_support.es@roche.com
 - **Suíça** — floodlightms_support.ch@roche.com
 - **Reino Unido** — uk.floodlightms_support@roche.com
 - **EUA** — FloodlightMS_support.us@gene.com
- **Por telemóvel:**
 - **Austrália** — 1800 570 627
 - **Áustria** — 0800 012 327
 - **Alemanha** — 0800 4268426
 - **Itália** — 800 098 389
 - **Portugal** — 800 910 428
 - **Espanha** — 900 922 301
 - **Suíça** — 0800 35 66 35
 - **Reino Unido** — 0800 066 5557
 - **EUA** — 1-888-ILLUMN8 (1-888-455-8668)

5.6.8 Alterar a sua palavra-passe

Pode alterar a sua palavra-passe a qualquer momento.

Para alterar a sua palavra-passe:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, toque em **Alterar a minha palavra-passe**.



3. No ecrã **Alterar a minha palavra-passe**:
 - a. Introduza a sua **PALAVRA-PASSE ATUAL**.
 - b. Introduza a sua **NOVA PALAVRA-PASSE**.

Nota: pode utilizar caracteres especiais para criar uma palavra-passe mais segura.

- c. Introduza novamente a nova palavra-passe no campo **CONFIRMAR A NOVA PALAVRA-PASSE**.

d. Toque em **GUARDAR**.

<

Alterar a minha palavra-passe

PALAVRA-PASSE ATUAL

Introduza a sua palavra-passe atual **A**

NOVA PALAVRA-PASSE

A sua palavra-passe tem de cumprir os seguintes critérios:

- Pelo menos 8 caracteres
- Uma mistura de letras maiúsculas e minúsculas
- Uma mistura de letras e números

Introduzir a sua nova palavra-passe **B**

CONFIRMAR A NOVA PALAVRA-PASSE

Confirmar a sua nova palavra-passe **C**

GUARDAR **D**


4. No ecrã **A minha palavra-passe foi alterada**, toque em **CONCLUÍDO**.



5.6.9 Ligar-se a um sistema EMR

A Floodlight™ MS Mobile Application pode ligar-se a um sistema EMR (registo médico eletrónico) de terceiros. Se o seu profissional de saúde utilizar um sistema EMR, poderá optar por ligar a sua conta Floodlight™ MS à sua conta EMR. Uma vez ligada, os seus dados Floodlight™ MS ficam disponíveis para o seu profissional de saúde através do sistema EMR.

Para se ligar a um sistema EMR disponível:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições** toque em **Ligações**.
3. No ecrã **Ligações**, toque no sistema EMR externo ao qual se pretende ligar.

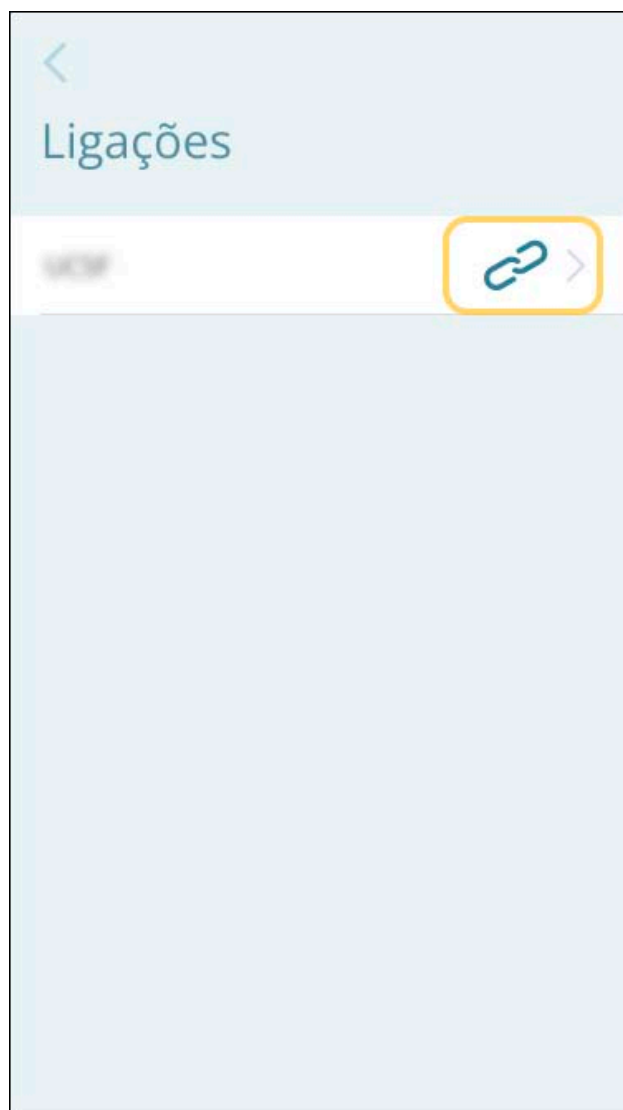
4. No ecrã seguinte, toque em **CONECTAR**.
5. A Floodlight™ MS Mobile Application apresenta a interface de início de sessão do EMR. Siga as instruções no ecrã e introduza os dados da sua conta EMR para se ligar ao sistema EMR.

Quando a conta EMR é autenticada, a Floodlight™ MS Mobile Application apresenta o ecrã **Contas ligadas**.



6. Toque em **CONCLUÍDO**.


O ecrã **Ligações** apresenta o ícone de ligação em cadeia junto ao sistema EMR para indicar que a sua conta Floodlight™ MS está agora ligada à sua conta EMR.



Desligar de uma conta EMR

Pode desligar uma conta EMR associada da sua conta Floodlight™ MS em qualquer altura.

Para desligar de uma conta EMR associada:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições** toque em **Ligações**.
3. No ecrã **Ligações**, toque no sistema EMR externo do qual pretende desligar.
4. No ecrã seguinte, toque em **DESLIGAR**.
5. No ecrã de confirmação, toque em **SIM** para desligar a conta EMR externa.

Quando a conta EMR é desligada, a Floodlight™ MS Mobile Application apresenta o ecrã **Contas desligadas**.



6. Toque em **CONCLUÍDO**.

5.6.10 Terminar sessão em Floodlight™ MS Mobile Application


Por razões de segurança, a sua sessão na conta de Floodlight™ MS Mobile Application termina automaticamente após **30 minutos** de inatividade.

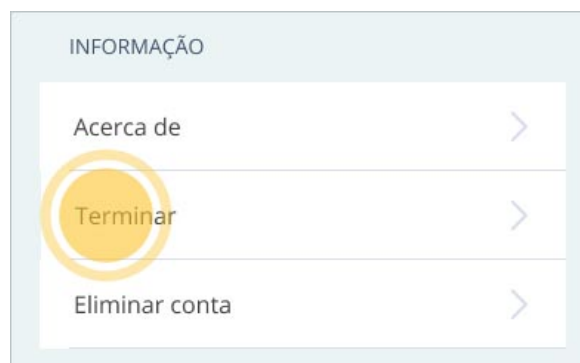
A app apresenta a seguinte mensagem de aviso **cinco minutos** antes de a sessão estar prestes a expirar. Neste ecrã de mensagem, pode tocar em **CONTINUAR** para continuar a sua sessão ou em **TERMINAR SESSÃO** para terminar a sua sessão.



Também pode terminar sessão no ecrã **Definições**.

Para terminar sessão:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, desloque-se para a parte inferior e toque em **Terminar sessão**.



3. No ecrã de confirmação, toque em **TERMINAR SESSÃO**.



Nota: também pode tocar em **CANCELAR** para continuar a utilizar a app.


5.6.11 Eliminar a sua conta

Desinstalar Floodlight™ MS Mobile Application não elimina a sua conta nem os seus dados. Se não pretender continuar a utilizar a app e pretender eliminar a sua conta e todos os dados associados à sua conta, pode utilizar a opção **Eliminar conta** no ecrã **Definições**.

Nota

A sua conta Floodlight™ MS Mobile Application só pode ser eliminada a partir da app. Por isso, execute os seguintes passos antes de desinstalar a app. Para obter mais informações sobre a desinstalação da aplicação, consulte a aplicação **Desinstalação** (na página 31)

Para eliminar a sua conta:

1. Toque no ícone **Definições**  no canto superior direito do ecrã.
2. No ecrã **Definições**, toque em **Eliminar conta**.
3. No ecrã **Eliminar conta?** escreva **ELIMINAR** no campo de texto.
A entrada de texto é sensível a maiúsculas e minúsculas.
4. Toque em **ELIMINAR TUDO**.
5. Toque em **OK**.

6 Perguntas frequentes

Nesta secção:

6.1 E se me esquecer da palavra-passe?	149
6.2 E se a minha conta for bloqueada?	152
6.3 E se adquirir um telemóvel novo?	153

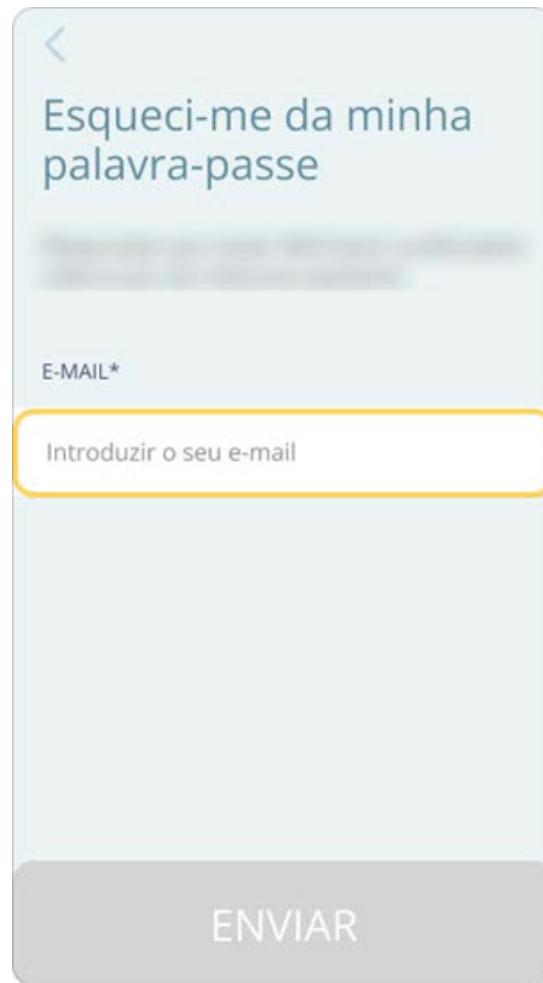
6.1 E se me esquecer da palavra-passe?

Pode repor a sua palavra-passe através da ligação **Esqueceu-se da sua palavra-passe?** no ecrã **Iniciar sessão**.

Para repor a sua palavra-passe:

1. Toque na ligação **Esqueceu-se da sua palavra-passe?** no ecrã **Iniciar sessão**.

2. No ecrã **Esqueci-me da minha palavra-passe:**
 - a. Introduza o seu endereço de e-mail.
 - b. Toque em **ENVIAR**.



The screenshot shows a mobile application interface for password recovery. At the top left is a back arrow icon. The title "Esqueci-me da minha palavra-passe" is displayed in a large, dark blue font. Below the title is a blurred line of text. Underneath is the label "E-MAIL*" in a small, dark grey font. A text input field with a yellow border contains the placeholder text "Introduzir o seu e-mail". At the bottom of the screen is a large, grey button with the text "ENVIAR" in white, uppercase letters.

3. Verifique o seu e-mail para obter o código de confirmação.
4. Quando tiver o código de confirmação, toque em **CONTINUAR** no ecrã **Verifique o seu e-mail**.



5. No ecrã **Criar nova palavra-passe**:

- a. Introduza o **CÓDIGO DE CONFIRMAÇÃO**.
- b. Introduza a **NOVA PALAVRA-PASSE**.

Nota: pode utilizar caracteres especiais para criar uma palavra-passe mais segura.

- c. Escreva novamente a nova palavra-passe no campo **CONFIRMAR A NOVA PALAVRA-PASSE**.
 - d. Toque em **SUBMETER**.
6. No ecrã **Palavra-passe alterada**, toque em **CONCLUÍDO**.
7. É apresentado o ecrã **Iniciar sessão**.
8. Introduza o seu e-mail e a nova palavra-passe para iniciar sessão.

6.2 E se a minha conta for bloqueada?

A sua conta é bloqueada se efetuar **seis** ou mais tentativas falhadas de início de sessão num período **inferior a 5 minutos**.



A sua conta permanecerá bloqueada durante **30 minutos**. Após 30 minutos, poderá iniciar sessão novamente. Nessa altura, também poderá utilizar a função **Esqueceu-se da sua palavra-passe?** no ecrã **Iniciar Sessão** para repor a sua palavra-passe. Para obter mais informações, consulte [E se me esquecer da palavra-passe?](#) (na página 149)

6.3 E se adquirir um telemóvel novo?

Se adquirir um telemóvel novo, terá de transferir e configurar a Floodlight™ MS Mobile Application no telemóvel novo.

Para começar a utilizar a aplicação no telemóvel novo:

1. Transfira e instale Floodlight™ MS Mobile Application no telemóvel novo. Consulte [Transferir e instalar](#) (na página 16).
2. Inicie sessão na aplicação no telemóvel novo. Consulte [Iniciar sessão](#) (na página 54).
3. Reveja as suas definições e atualize os seus dados pessoais e a sua rotina diária. Consulte [Definições](#) (na página 113)

Os dados históricos de todas as atividades anteriores também estão disponíveis no seu telemóvel novo. Quando consultar os gráficos das diferentes atividades, irá visualizar um losango amarelo ◈ indicando o dia em que começou a utilizar este telemóvel novo, conforme apresentado abaixo:



7 Informações adicionais

Nesta secção:

7.1 Ligação à Internet	155
7.2 Eventos adversos	156
7.3 Garantia	157

7.1 Ligação à Internet

Em Floodlight™ MS Mobile Application, pode concluir as suas atividades diárias no modo offline. No entanto, irá necessitar de uma ligação à Internet (Wi-Fi ou dados móveis):

- Para transferir os dados da sua atividade para o servidor.
- Para ver as métricas para as suas atividades.
- Para visualizar os seus Dados históricos.

Nota

Caso tenha instalado uma aplicação de segurança de terceiros no telemóvel, pode bloquear a sua ligação à Internet e evitar a utilização de todas as funcionalidades do Floodlight™ MS Mobile Application.

7.2 Eventos adversos

Um evento adverso é definido como qualquer ocorrência médica desfavorável, doença ou lesão não intencional, ou sinais clínicos desfavoráveis (incluindo resultados de testes anormais), relacionados com esta atividade Floodlight™ MS. Embora não existam eventos adversos conhecidos relacionados com as atividades, os potenciais eventos adversos incluem depressão e/ou comportamento suicida desencadeado por uma interpretação incorreta dos resultados das atividades. Para mitigar estes riscos, tenha em atenção os seguintes avisos: não tente interpretar os dados apresentados pelos gráficos de resumo (secção **Avisos e precauções**). Se estiver a experienciar ou pensar que pode ter tido um evento adverso, comunique essa informação (consulte a secção **Assistência** para obter informações de contacto).

7.3 Garantia

Consulte a secção **Sem Garantias** nos Termos e Condições de Floodlight™ MS Mobile Application.

8 Assistência

Se ocorrer algum problema com a utilização de Floodlight™ MS Mobile Application, pode contactar-nos a qualquer momento.

- **Por e-mail:**

- **Austrália** — floodlightms_support.au@roche.com
- **Áustria** — floodlight_support.at@roche.com
- **Alemanha** — grenzach.support_floodlight@roche.com
- **Itália** — italy.floodlightms@roche.com
- **Portugal** — floodlightms_support.pt@roche.com
- **Espanha** — FloodlightMS_support.es@roche.com
- **Suíça** — floodlightms_support.ch@roche.com
- **Reino Unido** — uk.floodlightms_support@roche.com
- **EUA** — FloodlightMS_support.us@gene.com

- **Por telemóvel:**

- **Austrália** — 1800 570 627
- **Áustria** — 0800 012 327
- **Alemanha** — 0800 4268426
- **Itália** — 800 098 389
- **Portugal** — 800 910 428
- **Espanha** — 900 922 301
- **Suíça** — 0800 35 66 35
- **Reino Unido** — 0800 066 5557
- **EUA** — 1-888-ILLUMN8 (1-888-455-8668)

8.1 Notificação de nova versão

Quando está disponível uma nova versão de Floodlight™ MS Mobile Application para instalar no seu telemóvel, poderá ver a seguinte mensagem:



Esta mensagem só é apresentada se tiver desativado as atualizações automáticas para a app.

8.2 Notificação de manutenção

De tempos a tempos, a equipa de apoio de Floodlight™ MS pode planejar janelas de manutenção, onde é disponibilizada aos utilizadores uma nova versão de Floodlight™ MS Mobile Application.

Quando é planeada uma janela de manutenção, aparece uma mensagem de **Manutenção Agendada** na parte inferior do ecrã da app.



Pode clicar em **Compreendi** para fechar a mensagem ou clicar na seta direita para obter mais informações sobre a próxima manutenção.



Toque em **OK** para fechar a mensagem e voltar ao ecrã anterior.

A mensagem de **Manutenção agendada** é apresentada sempre que inicia sessão até que a manutenção esteja concluída.

Se iniciar sessão na app com uma janela de manutenção em curso, verá a seguinte mensagem e algumas das funcionalidades da app podem não estar disponíveis:

Aplicação em manutenção

A aplicação Floodlight MS estará indisponível de

xxxxx a
xxxxx (aprox.)*

Estamos a efetuar manutenções agendadas para atualizarmos o nosso serviço. Pode continuar a realizar as suas atividades. No entanto, é possível que algumas funcionalidades não estejam disponíveis durante esse período.

Agradecemos a sua compreensão.

OK

9 Anexo A

Nesta secção:

9.1 Software de código aberto	164
-------------------------------------	-----

9.1 Software de código aberto

9.1.1 Licenças e notificações de licença de código aberto (para iOS)

A tabela seguinte indica o software de código aberto utilizado como parte de Floodlight™ MS Mobile Application para os dispositivos iOS.

- Library=TrueTime-5.0.3
 - Version=5.0.3
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=AWSCognitoIdentityProviderASF-2.24.5
 - Version=2.24.5
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=AWSAuthCore-2.24.5
 - Version=2.24.5
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=AWSCore-2.24.5
 - Version=2.24.5
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=AWSCognitoIdentityProvider-2.24.5
 - Version=2.24.5
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=AWSMobileClient-2.24.5
 - Version=2.24.5
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>

- Library=Split-2.19.1
 - Version=2.19.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=IOSSecuritySuite-1.9.6
 - Version=1.9.6
 - License=BSD 2
 - Link=<https://opensource.org/licenses/BSD-2-Clause>
- Library=ReachabilitySwift-5.0.0
 - Version=5.0.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=jquery-3.5.1.min.js
 - Version=3.5.1
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Amplitude-7.2.2
 - Version=7.2.2
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=JRSwizzle-1.0
 - Version=1
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Sourcery-1.6.0
 - Version=1.6.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Peasy-1.2.0
 - Version=1.2.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>

- Library=SwiftyMocky-4.1.0
 - Version=4.1.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=SwiftGen-6.6.2
 - Version=6.6.2
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=ZIPFoundation-0.9.16
 - Version=0.9.16
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Swinject-2.8.3
 - Version=2.8.3
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=SwiftLint-0.51.0
 - Version=0.51.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Wormhole-1.6.6
 - Version=1.6.6
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=SwiftFormat/CLI-0.51.4
 - Version=0.51.4
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=NewRelicAgent-7.4.3
 - Version=7.4.3
 - License=New Relic contract
 - Link=<https://docs.newrelic.com/docs/licenses/overview/>

- Library=lottie-ios-3.5.0
 - Version=3.5.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=SnapshotTesting-1.11.0
 - Version=1.11.0
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=Charts/Core-3.6.2
 - Version=3.6.2
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=Charts-3.6.2
 - Version=3.6.2
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>

9.1.2 Licenças e notificações de licença de código aberto (para Android)

A tabela seguinte indica o software de código aberto utilizado como parte de Floodlight™ MS Mobile Application para os dispositivos Android.

- Library=aws-android-sdk-cognitoidentityprovider-asf-2.64.0.aar
 - Version=2.64.0
 - License=Amazon Software
 - Link=<https://aws.amazon.com/asl/>
- Library=aws-android-sdk-cognitoidentityprovider-2.64.0.aar
 - Version=2.64.0
 - License=Amazon Software
 - Link=<https://aws.amazon.com/asl/>
- Library=aws-android-sdk-mobile-client-2.64.0.aar
 - Version=2.64.0
 - License=Amazon Software

- Link=<https://aws.amazon.com/asl/>
- Library=aws-android-sdk-auth-core-2.64.0.aar
 - Version=2.64.0
 - License=Amazon Software
 - Link=<https://aws.amazon.com/asl/>
- Library=firebase-iid-interop-17.1.0.aar
 - Version=17.1.0
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=firebase-measurement-connector-19.0.0.aar
 - Version=19.0.0
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=play-services-stats-17.0.2.aar
 - Version=17.0.2
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=play-services-base-18.0.1.aar
 - Version=18.0.1
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=play-services-cloud-messaging-17.0.1.aar
 - Version=17.0.1
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=play-services-basement-18.1.0.aar
 - Version=18.1.0
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=play-services-tasks-18.0.2.aar
 - Version=18.0.2
 - License=Android SDK

- Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=core-common-2.0.2.aar
 - Version=2.0.2
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=review-2.0.1.aar
 - Version=2.0.1
 - License=Android SDK
 - Link=<https://developer.android.com/studio/terms>
- Library=javax.inject-1.jar
 - Version=1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=documentfile-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=print-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=loader-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=interpolator-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=legacy-support-core-utils-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=cardview-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=cursoradapter-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=viewpager-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=localbroadcastmanager-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=swiperefreshlayout-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=legacy-support-core-ui-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=asynclayoutinflater-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=listenablefuture-9999.0-empty-to-avoid-conflict-with-guava.jar
 - Version=9999.0-empty-to-avoid-conflict-with-guava
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=okio-2.2.2.jar
 - Version=2.2.2
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=retrofit-2.9.0.jar
 - Version=2.9.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=core-common-2.1.0.jar
 - Version=2.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=vectordrawable-animated-1.1.0.aar
 - Version=1.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=vectordrawable-1.1.0.aar
 - Version=1.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=coordinatorlayout-1.1.0.aar
 - Version=1.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=viewpager2-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=converter-gson-2.9.0.jar
 - Version=2.9.0
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=converter-scalars-2.9.0.jar
 - Version=2.9.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=customview-1.1.0.aar
 - Version=1.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=drawerlayout-1.1.1.aar
 - Version=1.1.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=versionedparcelable-1.1.1.aar
 - Version=1.1.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=biometric-1.1.0.aar
 - Version=1.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=transport-api-3.0.0.aar
 - Version=3.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-encoders-17.0.0.jar
 - Version=17.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-encoders-json-18.0.0.aar
 - Version=18.0.0
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=annotations-22.0.0.jar
 - Version=22.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=error_prone_annotations-2.9.0.jar
 - Version=2.9.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-encoders-proto-16.0.0.jar
 - Version=16.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=annotation-1.3.0.jar
 - Version=1.3.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=shapeofview-1.4.7.aar
 - Version=1.4.7
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-compiler-embeddable-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-stdlib-jdk8-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-stdlib-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-klib-commonizer-embeddable-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-annotation-processing-gradle-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-parcelize-compiler-1.6.21.jar
 - Version=1.6.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-annotations-16.1.0.jar
 - Version=16.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlinx-coroutines-core-jvm-1.6.4.jar
 - Version=1.6.4
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlinx-coroutines-play-services-1.6.4.jar
 - Version=1.6.4
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-stdlib-jdk8-1.7.20.jar
 - Version=1.7.20
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-stdlib-1.7.21.jar
 - Version=1.7.21
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlin-stdlib-common-1.7.21.jar
 - Version=1.7.21
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=detekt-cli-1.22.0.jar
 - Version=1.22.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=shot-android-5.14.1.aar
 - Version=5.14.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=detekt-formatting-1.22.0.jar
 - Version=1.22.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=core-splashscreen-1.0.0.aar
 - Version=1.0.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-common-20.2.0.aar
 - Version=20.2.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-datatransport-18.1.7.aar
 - Version=18.1.7
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-components-17.0.1.aar
 - Version=17.0.1
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-installations-17.1.0.aar
 - Version=17.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-installations-interop-17.1.0.aar
 - Version=17.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=transport-runtime-3.1.8.aar
 - Version=3.1.8
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=transport-backend-cct-3.1.8.aar
 - Version=3.1.8
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-common-ktx-20.2.0.aar
 - Version=20.2.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=material-1.6.1.aar
 - Version=1.6.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-messaging-23.1.1.aar
 - Version=23.1.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=firebase-messaging-ktx-23.1.1.aar
 - Version=23.1.1
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=lifecycle-process-2.5.1.aar
 - Version=2.5.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=viewbinding-7.4.0.aar
 - Version=7.4.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=viewbinding-7.4.1.aar
 - Version=7.4.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=work-runtime-ktx-2.8.0.aar
 - Version=2.8.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=hilt-core-2.45.jar
 - Version=2.45
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=hilt-android-2.45.aar
 - Version=2.45
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=hilt-compiler-2.45.jar
 - Version=2.45
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=dagger-lint-aar-2.45.aar
 - Version=2.45
 - License=Apache 2.0

- Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=dagger-2.45.jar
 - Version=2.45
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=security-crypto-1.1.0-alpha05.aar
 - Version=1.1.0-alpha05
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=certificatetransparency-1.1.1.jar
 - Version=1.1.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=certificatetransparency-android-1.1.1.aar
 - Version=1.1.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=org.jacoco.ant-0.8.7.jar
 - Version=0.8.7
 - License=Eclipse 2.0
 - Link=<https://opensource.org/licenses/EPL-2.0>
- Library=org.jacoco.agent-0.8.7.jar
 - Version=0.8.7
 - License=Eclipse 2.0
 - Link=<https://opensource.org/licenses/EPL-2.0>
- Library=org.jacoco.agent-0.8.8.jar
 - Version=0.8.8
 - License=Eclipse 2.0
 - Link=<https://opensource.org/licenses/EPL-2.0>
- Library=org.jacoco.ant-0.8.8.jar
 - Version=0.8.8
 - License=Eclipse 2.0

- Link=<https://opensource.org/licenses/EPL-2.0>
- Library=android-sdk-2.25.2.aar
 - Version=2.25.2
 - License=MIT
 - Link=<https://opensource.org/licenses/MIT>
- Library=library-3.4
 - Version=3.4
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=openCV451.aar
 - Version=
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=android-agent-6.9.2.jar
 - Version=6.9.2
 - License=New Relic contract
 - Link=<https://docs.newrelic.com/docs/licenses/overview/>
- Library=review-ktx-2.0.1.aar
 - Version=2.0.1
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=MPAndroidChart-v3.1.0.aar
 - Version=v3.1.0
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>
- Library=kotlinx-coroutines-bom-1.6.4.pom
 - Version=1.6.4
 - License=Apache 2.0
 - Link=<https://www.apache.org/licenses/LICENSE-2.0>