

Configuração de funcionalidades básicas do software XDRIP (Android) para uso com o MiaoMiao.

Antes de começar / Aviso:

O MiaoMiao não é responsável pelo desenvolvimento pelo aplicativo Xdrip. A grande maioria dos aplicativos compatíveis com o MiaoMiao são desenvolvidos por membros da comunidade diabética, sem nenhum custo para o usuário final. Essas pessoas produzem estes apps sem nenhuma compensação financeira, e, o uso do app corre por conta e risco do usuário.

Nenhuma garantia é oferecida pelo desenvolvedor do app.

Não use as informações do app para tomada de decisões, sempre confirme com o glicosímetro!

Compatibilidade

O XDRIP (versão para Android) pode ser instalado em dispositivos android com tela (celulares ou tablets) a partir da versão 4.3. Hoje, (2019) não existem no mercado celulares android sendo vendido com versão anterior à 5. Portanto, a esmagadora maioria dos celulares devem funcionar normalmente com o Xdrip.

Instalação

IMPORTANTE – antes de instalar e começar a usar o XDRIP é importante que você desinstale qualquer programa que funcione com o MiaoMiao (Como Glimp, tomato ou outros). Também é importante que caso tenha usado o MiaoMiao com outro celular, você desinstale os apps de outros celulares. Em resumo, o MiaoMiao só pode se conectar a um único celular e um único app!

A instalação do Xdrip não é feita através da loja tradicional do android. É uma instalação paralela onde você baixará um arquivo APK para seu celular e o executará. Para que isso aconteça, você deve desabilitar a proteção para instalar apps desconhecidos, vejamos como:

Acesse as configurações de seu android e abra o menu de segurança:



Note que a grafia no seu telefone pode variar um pouco, como ao invés de apps desconhecidos pode estar Fontes desconhecidas.

Uma vez feito isso, abra o navegador no seu celular (Chrome) e digite o seguinte endereço na barra:

https://bit.ly/2weOmaF

é importante que você digite a letra O e F em maiúsculo!

Veja a sequência de imagens para facilitar o entendimento:



Agora clique em Assets, para abrir a lista de arquivos e em seguir clique na primeira linha que possui o arquivo com final apk:



Dependendo de sua versão de android, ele avisará que o arquivo poderá danificar o dispositivo, clique em OK.

Depois de concluído o download, clique em ABRIR. Ele mostrará a tela inicia de instalação do XDRIP, clique em instalar e a barra de progresso da instalação será mostrada.



Depois de instalado, você poderá abrir o xdrip a partir de ícone próprio junto aos seus programas:

O Xdrip possui tradução para o português feito por um membro da comunidade (Tixastronauta). Entretanto, durante seu primeiro acesso o termo de uso, licença etc estão em inglês, baita aceitá-los no ínicio.



Na sua primeira execução o XDRIP já abre automaticamente um passo a passo para a configuração. O primeiro passo é escolher a fonte de dados.

Escolha LIBRE

Agora é hora de escolher o tipo de ponte que será usado:

Escolha Dispositivo Ponte Bluetooth> Blucon, Bluereader, LimiTTer, Tomato etc.

Na tela de confirmação, confirme a fonte de dados, conforme telas:



Agora dependendo da configuração do Android, o Xdrip pedirá autorizações para acessar o Bluetooth e os serviços de localização do celular, aceite, ative e permita, conforme telas (essas telas podem variar em outras versões de android)



Depois de habilitar, você será levado para a tela onde o xdrip procurará um MiaoMiao perto de você.

Lembre-se, nunca tente parear o miaomiao direto na opção bluetooth do seu celular, A configuração é feita somente dentro do Xdrip.

Caso não consiga ver o MiaoMiao na lista, retire o mesmo com cuidado e faça o reset dele (Existe um pequeno buraquinho na parte traseira do MiaoMiao 1, insira um clipe de papel com cuidado, e repare que os LEDs vermelhos na parte fronta piscarão!) Se usar o MiaoMiao 2, não é necessário retirar, o buraquinho fica na parte externa e ele pode ser resetado sem que seja retirado.

Caso ainda não apareça na lista, clique em atualizar na parte superior da tela.

Clique no MiaoMiao que aparecer na tela, a próxima pergunta é se deseja Iniciar o sensor, clique em INICIAR SENSOR, assumindo que o Miaomiao já esteja posicionado junto ao sensor (Libre).



Agora o xdrip perguntará quando o sensor foi colocado, cuidado neste passo. Se você já está usando o libre normalmente, coloque HOJE NÃO.

Caso tenha acabado de colocar o Libre, escolha SIM, HOJE, neste caso o XDRIP só começará a funcionar depois de uma hora.

O Xdrip então pedirá permissão para ignorar otimizações de bateria, isso é importante para que o Xdrip funcione ininterruptamente. Dessa forma o android não o fechará ou o deixará inativo.



O Xdrip então fará no mínimo 2 leituras válidas (o que pode demorar até 15 minutos) e então exibirá uma mensagem dizendo que já possui leituras válidas para fazer a calibração inicial. Faça dois testes no glicosímetro e informe as leituras, conforme as telas abaixo:



Depois de concluir a calibração o Xdrip mostrará a tela principal, com o gráfico:



Alguns detalhes importantes na tela principal:

Na área marcada em vermelho, temos na primeira linha qual foi a última vez que o Xdrip recebeu uma leitura válida do MiaoMIao, no caso 1 minuto. Lembre-se que a leitura é feita de 5 em 5 minutos.

Na linha logo abaixo, temos a variação da glicemia em relação à última leitura feita, ou seja, neste caso a glicemia anterior era de 130.1 e agora foi para 131, ou seja, uma variação de +.9 mg/dl.

A linha abaixo que está escrito em verde diz respeito ao nível de bateria atual do MiaoMiao (40%) e à idade do sensor (libre) de 7.2 dias... Serve para te lembrar de carregar o miaomiao ou perceber a proximidade da necessidade de trocar o libre (14d). O Quadrado amarelo é a glicemia atual (131).

No Quadrado azul existem 2 ícones (seringa e papel).

Na seringa você pode inserir valores de bolus de insulina.

No papel, pode inserir notas como (Exercício, tontura, etc).

Na parte inferior da tela, no quadrado laranja, você pode, com seu dedo, arrastar e ver o histórico da sua glicemia nas horas anteriores.

Configurando ALARMES

Para configurar os alarmes, entre no menu – definições – Alarmes e Alertas



Agora é necessária clicar em Lista de Alertas de Nível de glicose para ver os alarmes cadastrados:



Uma lista de alertas aparecerá.

Na parte de cima os alertas de hipoglicemia, na parte de baixo, os alertas de hiper.

O Xdrip já vem com 2 alarmes configurados, uma para hipo e outro para hiper. Para editar o alarme clique e segure em cima do alarme e a tela de edição abrirá.

Na tela de edição, você pode mudar o Limite, no caso acima o alarme de hipo seria disparado quando a glicemia chegar a 70.

A opção "Silenciar por defeito" é a quantidade de minutos após você ser alarmado e desconsiderar o alerta no android. Por exemplo eu fui alarmado de uma hipo agora, vi no android e joguei o alerta fora (na aba de notificações do telefone). O xdrip então esperará 35 minutos e me alertará denovo se eu ainda estiver na condição de hipoglicemia.

A opção aumentar a cada x minutos se não reconhecido é quando eu não reconheço o alarme, ou seja, não jogo fora o alerta. Um exemplo seria caso você esteja dormindo e seja alertado de uma hipo, se você continuar dormindo, o xdrip o alertará a cada minuto novamente da maneira que está configurado, até que você reconheça o alerta. Também é possível mudar o som do alerta para algum arquivo de áudio que queira, basta clicar em escolha ficheiro e procurar o arquivo no seu telefone.

Na opção escolha a hora do alerta você pode definir em qual momento do dia o alerta está ativo. Por exemplo você pode ter alertas de hiperglicemia que não deseja que soem durante a noite. Neste caso basta selecionar e definir o horário que quer o alerta funcione.

A opção Ignorar Modo Silêncio, diz ao xdrip para tocar o alarme audível mesmo que o volume do seu celular esteja no zero ou no modo silencioso. Por favor teste esta função antes de confiar. Alguns telefones não permitem que esta funcionalidade funcione.



No final desta tela existem alguns botões úteis:

O botão TESTAR ALERTA emite um alerta conforme configurado;

O botão GUARDAR ALERTA salva suas configurações e volta para a tela anterior

O botão REMOVER ALERTA apaga o ALERTA;

O botão SILENCIAR ALERTA ANTES DE SER INICIADO é útil para quando por exemplo, você entrará em uma reunião e quer que o alarme não toque pelas próximas 2 horas. Clique no botão, escolha o período do tempo que desejar e depois clique em pre-snooze. O alarme será desativado pelo tempo que escolher!

IMPORTANTE – algumas pessoas, dependendo da versão do Android usado tem dificuldades para fazer com que o alarme pare de tocar, uma maneira fácil é abrir o xdrip e apertar a tecla de volume do aparelho celular para cima ou para baixo, isso fará com que o alarme seja encerrado!

Existe um lugar mais fácil para desativar os alertas, vá em MENU – SILENCIAR ALERTAS, ali você escolhe o tipo de alerta e o período prédefinido de silêncio que você precisa.

Configurar alarmes de subida rápida e descida rápida.

Estes alarmes são úteis para prever uma hipo ou hiper prestes a acontecer, para configurá-la, abra o menu – definições – Alarmes e Alertas – vá até a seção Glicemia a descer/a subir.

Habilite a opção Glic em descida rápida – para ativar o alarme de descida rápida.

Na linha imediatamente abaixo é possível configurar o quão rápido é a descida, pode ser 3mg/dl ou 2mg/dl, por minuto. Se você deixar, por exemplo 3mg/dl, caso sua glicemia esteja em 150 e após 5 minutos sua glicemia for para 130, o alarme soará porque está caindo mais rápido que 3mg/dl por minuto.

O mesmo pode ser feito para a opção Glic em subida rápida.

Para este alerta, você pode configurar um som diferente na opção Som do Alerta logo abaixo.

FALAR LEITURAS

Uma das funcionalidades do XDRIP é falar as leituras, ou seja, você pode habilitar esta opção e ele de tempos em tempos ou quando houver uma mudança brusca da glicemia ele vai ler a glicemia atual e possivelmente a tendência. Para habilitar esta função vá no Menu – Falar Leituras.

🛋 o 🗭 🗄	🕏 🖉 🖉 🖿 11:20 AM
💧 Falar Leituras	
Falar Leituras Se o telefone tiver capacidade texto-para-voz, o resultado será falado.	LIG.
Quando alterações por (4 mgdl)	
Ou por número de mi	nutos (4)
Alertas de Voz Também dá algumas mensagens de alerta faladas	
Ler seta de tendência	2
Dizer o valor da glicose duas	s vezes
Falar tudo duas vezes	

Habilite a opção FALAR LEITURAS.

Defina o valor mínimo de alteração de glicemia para que ele te informe, e o número de minutos. No meu caso acima, o celular falará minha glicemia e a tendência de 4 em 4 minutos ou se a glicemia estiver variando mais que 4mg/dl por minuto.

Mais abaixo é possível configurar a velocidade da fala, e o tom de voz.



CALIBRANDO O SENSOR

De tempos em tempos pode ser necessário calibrar o sensor.

É recomendável que a calibração seja sempre feita quando a glicemia esteja estável e dentro do alvo.

Vá no menu – Adicionar Calibração, informe a glicemia da ponta do dedo e clique em concluído:



CONFIGURAÇÃO IMPORTANTE PARA TELEFONES SAMSUNG.

Caso seu telefone seja SAMSUNG, é importante desabilitar uma opção nas configurações avançadas do bluetooth do xdrip:

Menu – Definições – Definições menos comuns – Definições do Bluetooth – Desmarcar a opção "Confiar Auto-Connect"

Compartilhando as glicemias com familiares:

Caso queira compartilhar sua glicemia com alguém, é necessário a criação de uma conta no herokuapp e a instalação de um aplicativo chamado Nightscout na nuvem.

As instruções para a criação da conta estão em outro documento:

https://cdn.awsli.com.br/882/882172/arquivos/Criando%20conta%20no %20heroku%20-%20deploy%20do%20nightscout%20-%20MiaoMiao%20Brasil.pdf

Uma vez com a conta criada, tenha em mãos a URL e a senha do tutorial do nightscout.

Dentro do Xdrip entre no menu – Definições – Envio para a Cloud Clique em Sincronização Nightscout (REST-API) Ative a opção API REST

Neste campo você deverá usar sua URL e sua senha. Assumindo que sua URL seja meunome.herokuapp.com e a senha seja minhasenha, a URL BASE ficaria assim:

https://minhasenha@meunome.herokuapp.com/api/v1/ Depois



Depois de configurado, basta acessar sua URL de qualquer browser e você deverá ver a glicemia em tempo real.

Além de permitir que familiares vejam sua glicemia, seu nightscout funciona como uma grande repositório de dados, onde você pode tirar relatórios para levar para seu médico, por exemplo. Para detalhes de como fazê-lo depois que já tiver o repositório funcionando acesse:

https://cdn.awsli.com.br/882/882172/arquivos/Extraindo%20graficos%20 do%20Nightscout%20-%20MiaoMiao%20Brasil.pdf

Resolução de problemas relativos ao aplicativo:

Como o Xdrip não é mantido nem desenvolvido pelo MiaoMiao, não existe suporte ao aplicativo por si só. Normalmente os usuários trocam informações e um dos fóruns mais ativos é a comunidade do Xdrip no facebook que pode ser acessada em:

https://www.facebook.com/groups/xDripG5/

Embora a língua principal seja a inglesa, a comunidade tem muitos usuários portugueses e brasileiros.

Perguntas e respostas:

Quando devo calibrar?

A resposta varia bastante; de 1 a 2 vezes por dia, até 1 vez a cada 48 horas. Entretanto, a melhor dica é calibre quando as leituras estejam estáveis e a linha de tendência reta (sem variações). A calibração é mais necessária nos primeiros dias de uso do sensor, depois tende a ser menos neecessária.

A leitura do Xdrip não bate com a do Libre, o que acontece?

O Xdrip possui um algoritmo próprio que usa em consideração as calibrações com a ponta do dedo, é normal que as leituras sejam diferentes.

Meu Libre chegou no 14º. Dia e não está mais funcionando, mas o Xdrip continua lendo, o que pode ser?

O Xdrip/MiaoMiao consegue ler o Libre por 12 horas adicionais depois que ele termina sua vida no leitor do libre.

Meu Xdrip apresenta a mensagem "SINAL PERDIDO" na tela principal

Primeiro verifique no menu – estado do sistema o que aparece na frente de Estado da Ligação, se estiver Não Ligado, por algum motivo o celular perdeu a comunicação com o MiaoMiao:

Passos para tentar resolver este problema:

- Na tela MENU estado do sistema clique em REINICIAR DISPOSITIVO BT e aguarde alguns minutos.
- 2. Caso não volte, abra o MENU e vá em pesquisa Bluetooth, veja se o MIAOMIAO aparece na lista, se aparacer clique nele;
- 3. Caso não funcione, reinicie seu celular.
- 4. Caso ainda não consiga, resete o miaomiao conforme já descrito neste tutorial.