

Registro de trabajo

ID del participante: _____

Instrucciones: Complete este registro para documentar el tiempo durante el cual trabaje en los días que utilice los dispositivos del estudio. Esto ayudará a nuestro personal a diferenciar entre su actividad física relacionada con el trabajo y otras actividades físicas.



- Registre la hora de inicio y la hora de finalización de su día de trabajo. Asegúrese de proporcionar la fecha.
- NO es necesario que registre los descansos ni los traslados a otros lugares de trabajo, a menos que su descanso dure más de hora y media.
- NO es necesario que registre el lugar donde trabaja.
- Si tiene un intervalo de tiempo entre turnos de trabajo que dura más de hora y media (por ejemplo, si trabaja por la mañana, está libre por la tarde, y trabaja por la noche), anote esta información en el registro.
- El día 1 es el día en el que comienza a usar los dispositivos.



SUGERENCIA: Llenar este registro a la misma hora todos los días, como por ejemplo en la noche. Puede ser una buena manera para ayudar a recordar que debe completarlo.

	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7	Día 8
Inicio de la jornada de trabajo (o del 1er turno)	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___
	Hora de inicio: a. m./p. m.							
Fin de la jornada de trabajo (o del 1er turno)	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___
	Hora de finalización: a. m./p. m.							
Día de descanso	<input type="checkbox"/>							

Llene la siguiente sección si transcurre más de una hora y media entre un turno de trabajo y otro.

Inicio del 2° turno de trabajo	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___
	Hora de inicio: a. m./p. m.							
Fin del 2° turno de trabajo	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___	___/___/___
	Hora de finalización: a. m./p. m.							

Por favor, devuelva los dispositivos y los registros el: ___/___/___

Por favor, acuérdesese de devolver todos los dispositivos, cargadores y registros que se le entregaron al inicio del estudio.

Escriba la fecha y hora del inicio de su día de trabajo.

EJEMPLO: de registro de trabajo para dos días

	Día 1	Día 2
Inicio de la jornada de trabajo (o del 1er turno)	24/07/2021	25/07/2021
	Hora de inicio: 7:27 a. m./p. m.	Hora de inicio: 6:27 a. m./p. m.
Fin de la jornada de trabajo (o del 1er turno)	24/07/2021	25/07/2021
	Hora de finalización: 5:32 a. m./p. m.	Hora de finalización: 2:32 a. m./p. m.
Llene la sección siguiente si transcurre más de hora y media entre un turno o empleo y otro:		
Inicio del 2° turno	24/07/2021	
	Hora de inicio: 7:30 a. m./p. m.	Hora de inicio: a. m./p. m.
Finalización del 2° turno	25/07/2021	
	Hora de finalización: 5:32 a. m./p. m.	Hora de finalización: a. m./p. m.

Escriba la fecha y la hora que termine su día (o 1er turno) de trabajo.

Si NO tiene un descanso que dure más de una hora y media, no es necesario que llenar el "2° turno de trabajo."

Si tiene un descanso que dura más de una hora y media antes de que regrese a trabajar, anote la hora que regresó al siguiente turno de trabajo en el espacio que corresponde.

Si trabaja en la noche, preste atención a la fecha y la hora del FIN de su turno.

