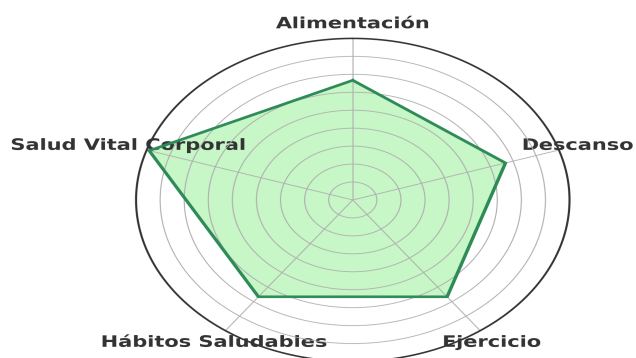


puede experimentar cambios en el estado de ánimo por periodos de tiempo intermitente, llevándola a tener sensación de cansancio y malestar frente algunos acontecimientos de la vida diaria. Si bien puede reconocer tener cierta capacidad para enfrentar diferentes situaciones, esta persona puede experimentar sensaciones de impotencia y una consciencia moderada frente al sentido de vida, sin embargo, resalta la importancia de la integralidad del ser (cuerpo, mente, emociones y espíritu), aunque se le dificulta tomar acción para resolver determinados momentos de crisis. Su proceso de aprendizaje resulta más efectivo, debido a la capacidad de autorreflexión y la búsqueda de mejoras continuas.

Recomendaciones:

- Gestionar sus emociones, identificando reacciones frente a situaciones y buscando alternativas para su manejo
- Transformar pensamientos limitantes o negativos
- Practicar actividades de interés personal, y donde se vincule sus relaciones interpersonales
- Identificar los propios recursos psicológicos y las herramientas empleadas en otros momentos de la vida, para hacer frente a situaciones adversas
- Tener consciencia del aquí y el ahora, viviendo en el presente
- Buscar técnicas para aumentar la productividad

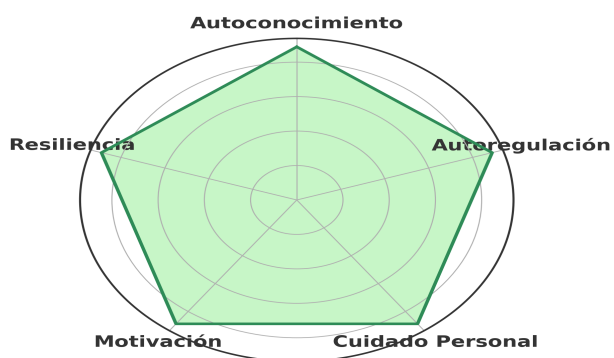
Análisis - Salud Vital



Dimensión	Porcentaje
Alimentación	33%
Descanso	33%
Ejercicio	33%
Hábitos Saludables	33%
Salud Vital Corporal	44%

☐ Necesitas más actividad física.

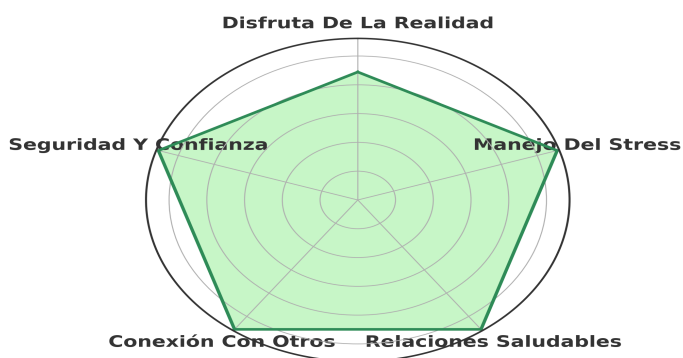
Análisis - Salud Emocional



Dimensión	Porcentaje
Autoconocimiento	44%
Autoregulación	44%
Cuidado Personal	44%
Motivación	44%
Resiliencia	44%

☐ Bien, pero se puede mejorar.

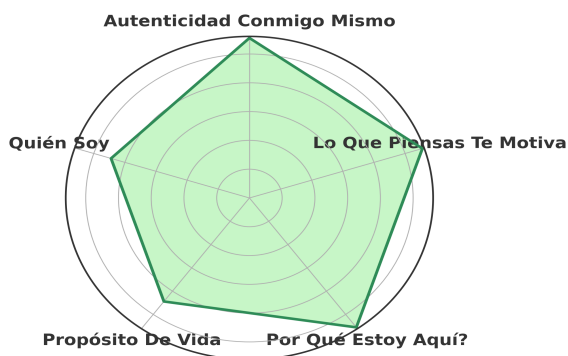
Análisis - Salud Mental



Dimensión	Porcentaje
Disfruta De La Realidad	44%
Manejo Del Stress	55%
Relaciones Saludables	55%
Conexión Con Otros	55%
Seguridad Y Confianza	55%

□ Buen nivel, pero podrías mejorar en gestión de pensamientos.

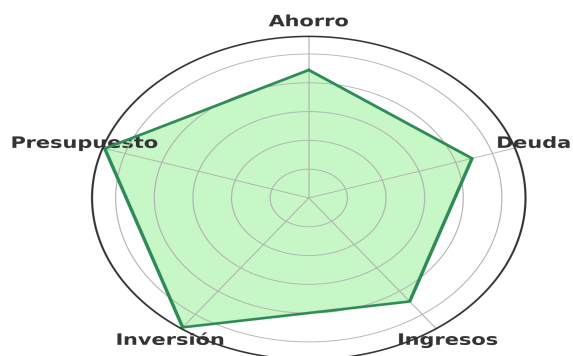
Análisis - Salud Existencial



Dimensión	Porcentaje
Autenticidad Conmigo Mismo	55%
Lo Que Piensas Te Motiva	55%
Por Qué Estoy Aquí?	55%
Propósito De Vida	44%
Quién Soy	44%

☐ Tienes claridad en algunos aspectos, pero aún puedes definir mejor tu propósito.

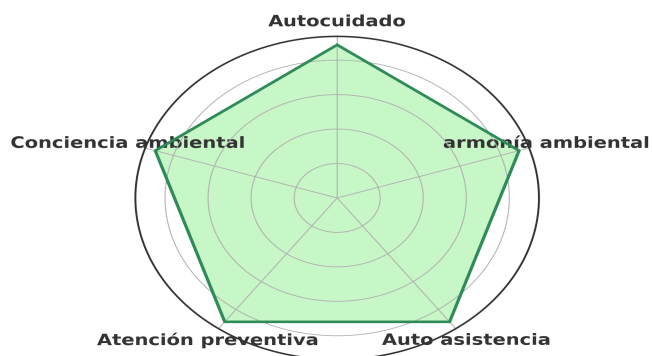
Análisis - Salud Financiera



Dimensión	Porcentaje
Ahorro	44%
Deuda	44%
Ingresos	44%
Inversión	55%
Presupuesto	55%

☐ Manejas bien tus finanzas, pero aún hay áreas de mejora.

Análisis - Salud Ambiental



Dimensión	Porcentaje
Autocuidado	44%
armonía ambiental	44%
Auto asistencia	44%
Atención preventiva	44%
Conciencia ambiental	44%

□ Buen compromiso con el medioambiente, pero aún puedes optimizar.