

```

-- Datos para la tabla usuario
INSERT INTO usuario (idUsuario, nombre_usuario, email, contraseña, empresa, sector,
puntuación, recompensas, idEstado_animo, administrador)
VALUES
(1, 'Natalia', 'Natalia@example.com', '12345', 'NTT Data', 'Tecnológico', '100', '5', 1, FALSE),
(2, 'Nat', 'Nat@example.com', '54321', 'Babel', 'Tecnológico', '80', '3', 2, FALSE),
(3, 'Pedro', 'Pedro@example.com', 'admin123', 'Padre Rejas', 'Educación', '150', '7', 3, TRUE),
(4, 'Salva', 'Salva@example.com', '22331', 'Vass', 'Tecnológico', '110', '6', 4, FALSE),
(5, 'Manu', 'Manu@example.com', '11332', 'Becsol', 'Alimentación', '60', '2', 5, FALSE);

-- Datos para la tabla estado_animo
INSERT INTO estado_animo (idEstado_animo, idUsuario, fecha_hora, test)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 1),
(2, 2, '2024-03-02', 2),
(3, 3, '2024-03-03', 3),
(4, 4, '2024-03-04', 4),
(5, 5, '2024-03-05', 2);

-- Datos para la tabla medico
INSERT INTO medico (idMedico, nombre, especialidad, email, contraseña)
VALUES
(1, 'Dr. García', 'Psicólogo', 'garcia@example.com', 'psicologo123'),
(2, 'Dr. López', 'Médico', 'lopez@example.com', 'medico123'),
(3, 'Dr. Sánchez', 'Nutricionista', 'sanchez@example.com', 'nutricionista123'),
(4, 'Martínez', 'Monitor', 'juan@example.com', 'monitor123');

-- Datos para la tabla teleconsulta
INSERT INTO teleconsulta (idTeleconsulta, idUsuario, idMedico, fecha_hora, estado)
VALUES
(1, 1, 1, '2024-03-27', 'Programada'),
(2, 2, 2, '2024-03-26', 'Completada'),
(3, 3, 3, '2024-03-25', 'Completada'),
(4, 4, 4, '2024-03-28', 'Completada'),
(5, 5, 1, '2024-03-29', 'Completada');

-- Datos para la tabla roles
INSERT INTO roles (idRol, empleado, administrador, especialista)
VALUES
(1, 'Natalia', 'Admin1', 'Especialista1'),
(2, 'Nat', 'Admin2', 'Especialista2'),
(3, 'Pedro', 'Admin3', 'Especialista3'),
(4, 'Salva', 'Admin4', 'Especialista4'),
(5, 'Manu', 'Admin5', 'Especialista5');

-- Datos para la tabla empresa
INSERT INTO empresa (idEmpresa, nombre_empresa, sector, tamaño)
VALUES
(1, 'NTT', 'Tecnológico', 'Grande'),
(2, 'Babel', 'Tecnológico', 'Mediana'),
(3, 'Padre Rejas', 'Educación', 'Pequeña'),
(4, 'Vass', 'Tecnológico', 'Mediana'),
(5, 'Becsol', 'Alimentación', 'Pequeña');

-- Datos para la tabla test
INSERT INTO test (idTest, idEstado_animo, fecha_hora, título, resultado)
VALUES

```

```
(1, 1, '2024-03-01', 'Test Personalidad', 'Notable'),
(2, 2, '2024-03-02', 'Test Psicométrico', 'Bajo'),
(3, 2, '2024-03-02', 'Test Aptitudes', 'Excelente'),
(4, 2, '2024-03-02', 'Test Nutricional', 'Bajo');
```

-- Datos para la tabla meditación

```
INSERT INTO meditación (idMeditacion, idUsuario, fecha_hora, duracion, tipo_meditacion,
favorito)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 30, 'Mindfulness', TRUE),
(2, 2, '2024-03-02', 20, 'Yoga', FALSE),
(3, 3, '2024-03-03', 20, 'Relajación', FALSE),
(4, 4, '2024-03-04', 20, 'Respiración', FALSE),
(5, 5, '2024-03-05', 20, 'Meditacion_guiada', TRUE);
```

-- Datos para la tabla productividad

```
INSERT INTO productividad (idProductividad, idUsuario, fecha_hora, duracion, descripcion,
categoria, favorito)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 60, 'Trabajo en Figma', 'Trabajo', TRUE),
(2, 2, '2024-03-02', 45, 'Reunión de equipo', 'Reunión', FALSE),
(3, 3, '2024-03-03', 50, 'Investigación', 'Trabajo', FALSE),
(4, 4, '2024-03-04', 55, 'Planificación', 'Trabajo', FALSE),
(5, 5, '2024-03-05', 40, 'Informe Mensual', 'Trabajo', FALSE);
```

-- Datos para la tabla música

```
INSERT INTO música (idMusica, idUsuario, fecha_hora, duracion, título, favorito)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 30, 'Canción A', TRUE),
(2, 2, '2024-03-02', 24, 'Canción B', FALSE),
(3, 3, '2024-03-03', 20, 'Canción C', FALSE),
(4, 4, '2024-03-04', 17, 'Canción D', FALSE),
(5, 5, '2024-03-05', 15, 'Canción E', FALSE);
```

-- Datos para la tabla sleepcast

```
INSERT INTO sleepcast (idSleepcast, idUsuario, fecha_hora, duracion, tipo_sleepcast, título,
favorito)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 48, 'Sonidos de la naturaleza', 'Sleepcast A', TRUE),
(2, 2, '2024-03-02', 36, 'Música relajante', 'Sleepcast B', FALSE),
(3, 3, '2024-03-03', 37, 'Sonidos del Océano', 'Sleepcast C', FALSE),
(4, 4, '2024-03-04', 23, 'Sonidos de la Selva', 'Sleepcast D', FALSE),
(5, 5, '2024-03-05', 33, 'Sonidos de la Naturaleza', 'Sleepcast E', FALSE);
```

-- Datos para la tabla hemeroteca

```
INSERT INTO hemeroteca (idHemeroteca, idUsuario, fecha_hora, título, tipo_artículo, favorito)
VALUES
(1, 1, '2024-03-01', 'Artículo sobre salud mental', 'Salud', TRUE),
(2, 2, '2024-03-02', 'Artículo sobre estrés laboral', 'Trabajo', FALSE),
(3, 3, '2024-03-05', 'Artículo sobre nutrición', 'Trabajo', FALSE),
(4, 4, '2024-03-04', 'Artículo sobre psicología', 'Trabajo', FALSE),
(5, 5, '2024-03-03', 'Artículo sobre salud ', 'Trabajo', FALSE);
```

```
SELECT * from usuario;
SELECT * from estado_animo;
SELECT * from medico;
```

```
SELECT * from roles;  
SELECT * from empresa;  
SELECT * from test;  
SELECT * from meditación;  
SELECT * from productividad;  
SELECT * from música;  
SELECT * from sleepcast;  
SELECT * from hemeroteca;
```