

Resumen de Sesión de Emociones

A continuación se presenta un resumen de la sesión del día 29/10/2024

ID de Sesión: 71

Duración: 43 segundos

Emoción predominante: Neutral

Conteo de Emociones:

Concentración: 0

Feliz: 12

Frustración: 0

Calma: 0

Enojado: 0

Estresado: 0

Neutral: 222

Cansado: 20

Hábitos Perjudiciales Detectados:

- Alto nivel de cansancio
- Sesión iniciada en horario nocturno
- Sesión finalizada en horario nocturno
- Duración de sesión excesiva

Recomendaciones:

- Practicar técnicas de relajación como la meditación.
- Evitar entrenar en horarios nocturnos
- Evitar entrenar en horarios nocturnos.
- Reducir la duración de las sesiones para evitar fatiga.

Grafico 1

A continuación se puede observar la distribución del tiempo asociado a cada emoción

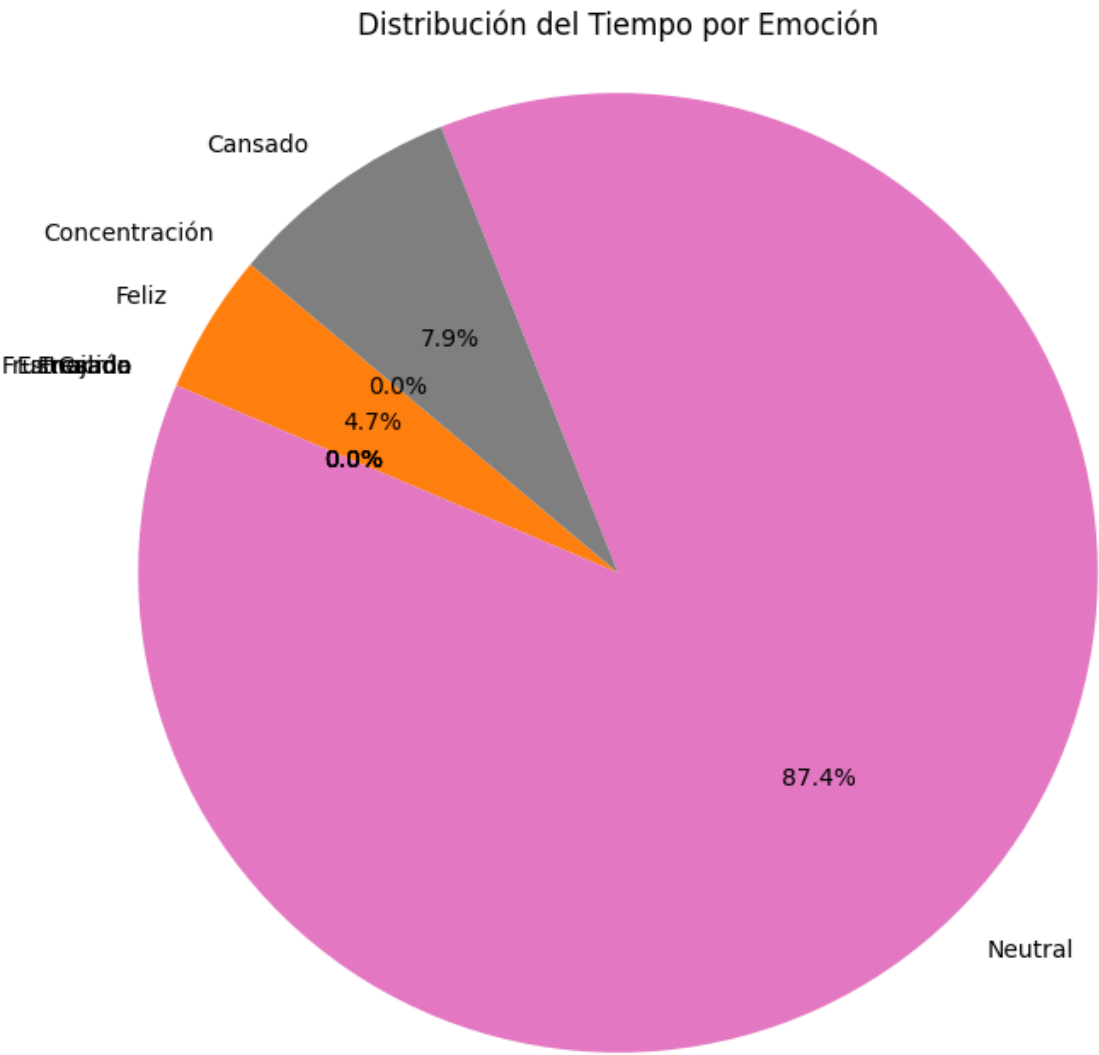


Grafico 2

En el siguiente gráfico se puede observar la frecuencia de cada emoción

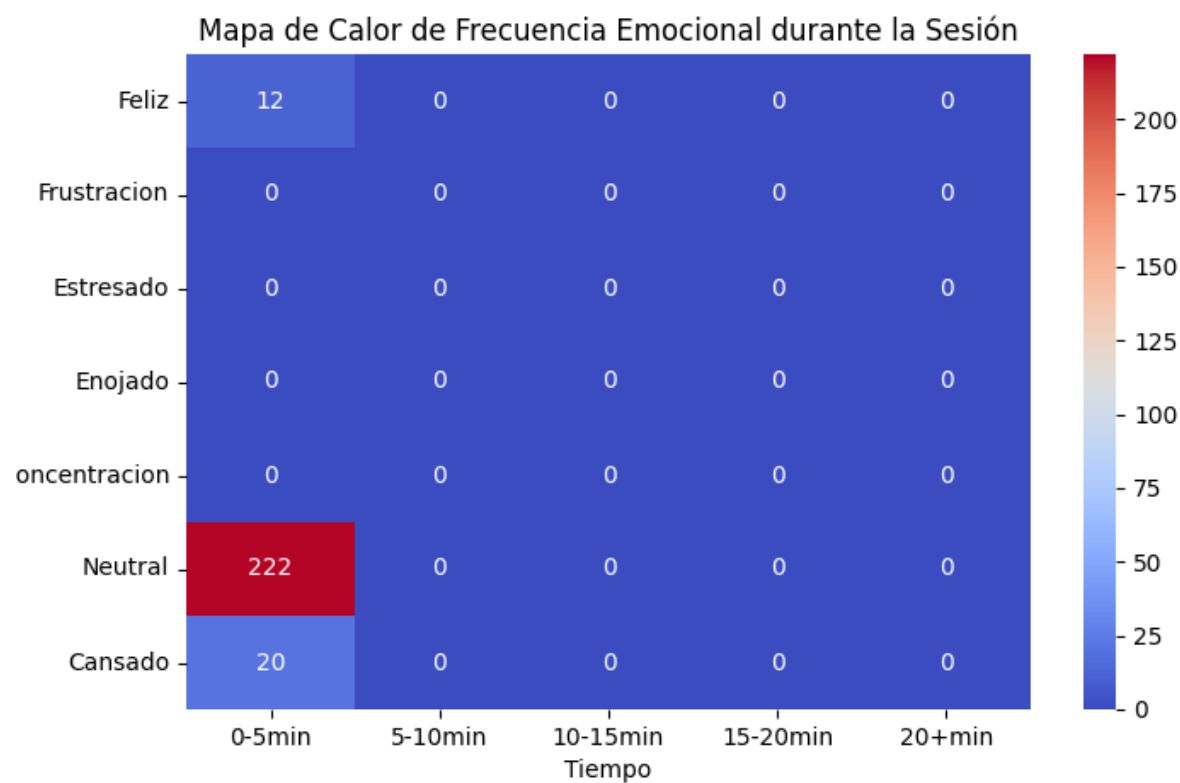


Grafico 3

En este gráfico de líneas se puede observar la variabilidad emocional a lo largo de la sesión

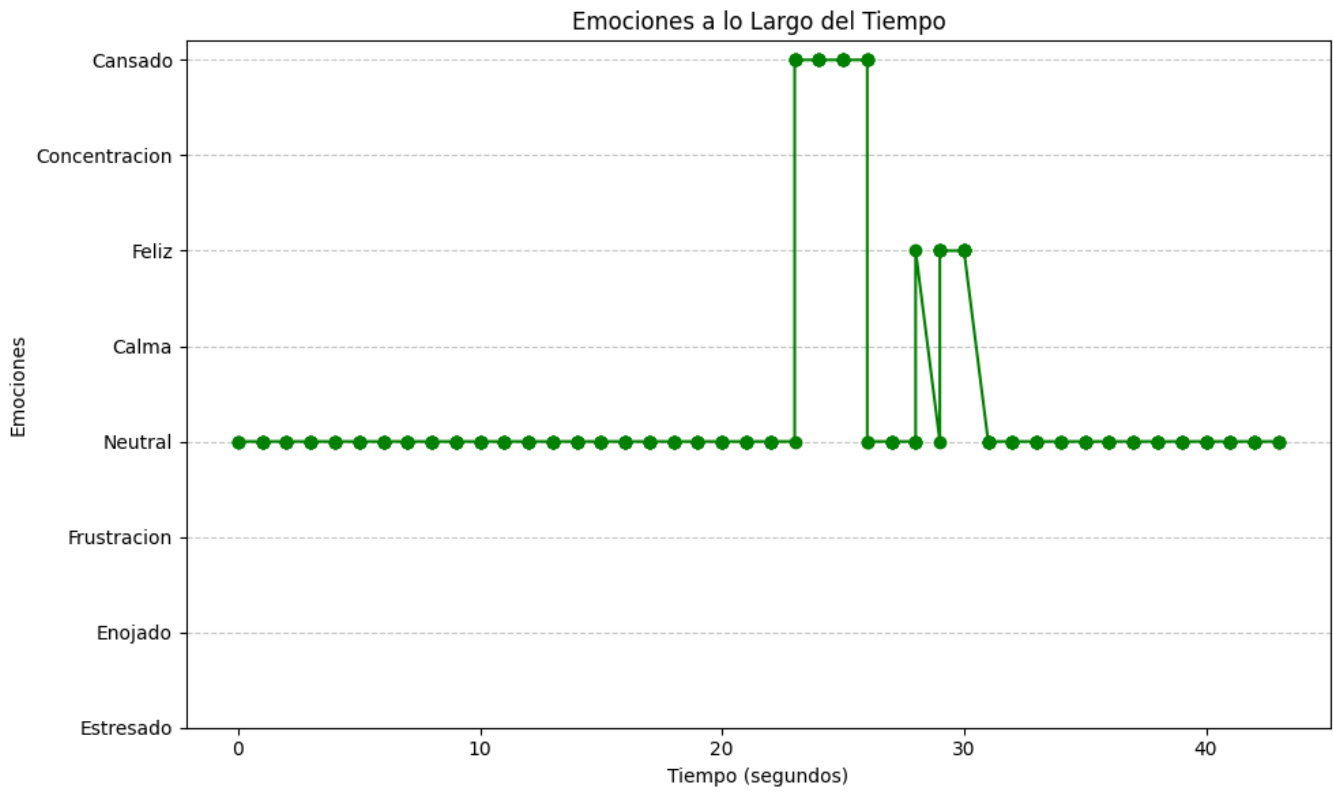
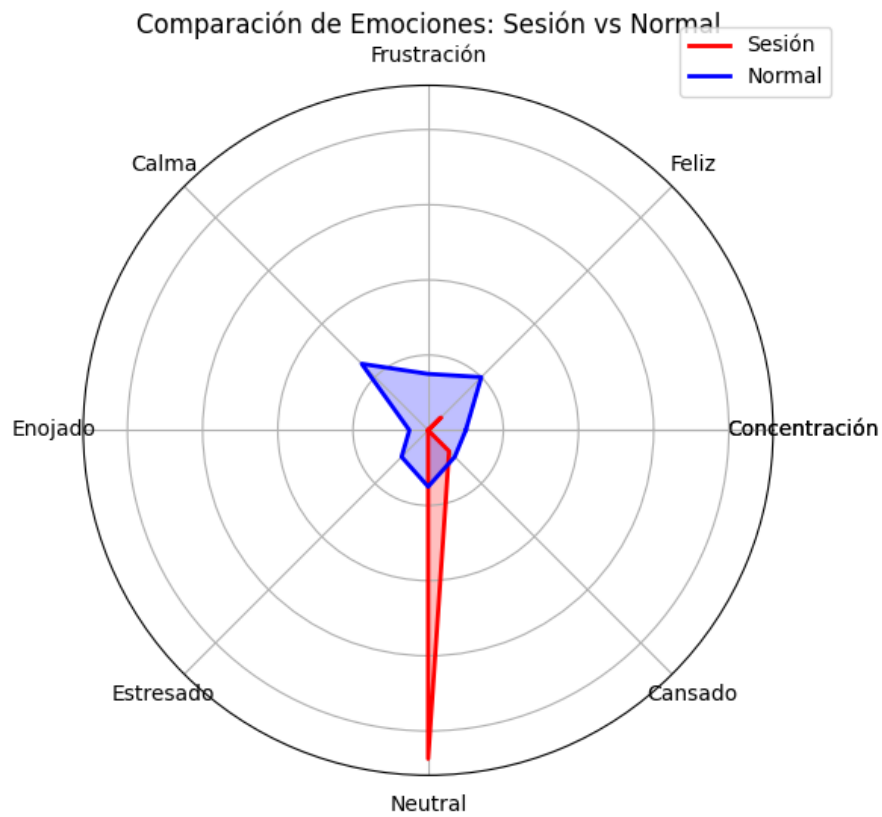


Grafico 4

Por último, podemos observar una comparación entre los valores emocionales de la sesión y los valores recomendables



Datos del gráfico de araña:

Concentración: Sesión = 0.0, Normal = 10

Feliz: Sesión = 4.724409448818897, Normal = 20

Frustración: Sesión = 0.0, Normal = 15

Calma: Sesión = 0.0, Normal = 25

Enojado: Sesión = 0.0, Normal = 5

Estresado: Sesión = 0.0, Normal = 10

Neutral: Sesión = 87.4015748031496, Normal = 15

Cansado: Sesión = 7.874015748031496, Normal = 10

Concentración: Sesión = 0.0, Normal = 10