

1. Presión Arterial SYS/DIA

Esta aplicación permitirá a los usuarios evaluar la Presión Arterial ingresando su presión arterial sistólica y su presión arterial diastólica. El resultado indica los Niveles de presión arterial en mmHg por categorías así:



Cuál es la presión arterial normal

Se considera presión arterial normal si las lecturas muestran **menos de 120/80**, es decir, SYS mmHg menor a 120 y DIA mmHg menor a 80.

mmHg = Milímetros de mercurio

mmHg significa **milímetros de mercurio** y en salud se usa para medir la presión arterial. La presión arterial es la fuerza que la sangre ejerce contra las paredes de los vasos sanguíneos conforme el corazón bombea sangre a todo el cuerpo.

Niveles de presión arterial en mmHg por categorías:

Presión arterial baja:

- SYS mmHg: menor o igual a 90
- DIA mmHg: menor o igual a 60

Presión arterial normal:

- SYS mmHg: menor a 120
- DIA mmHg: menor a 80

Presión arterial elevada:

- SYS mmHg: 120 - 129
- DIA mmHg: menor o igual a 80

Presión arterial alta (hipertensión):

- SYS mmHg: 130 - 139
- DIA mmHg: 80 - 89

Presión arterial alta (hipertensión nivel 2):

- SYS mmHg: mayor o igual a 140
- DIA mmHg: mayor o igual a 90

Presión arterial alta (crisis de hipertensión)*:

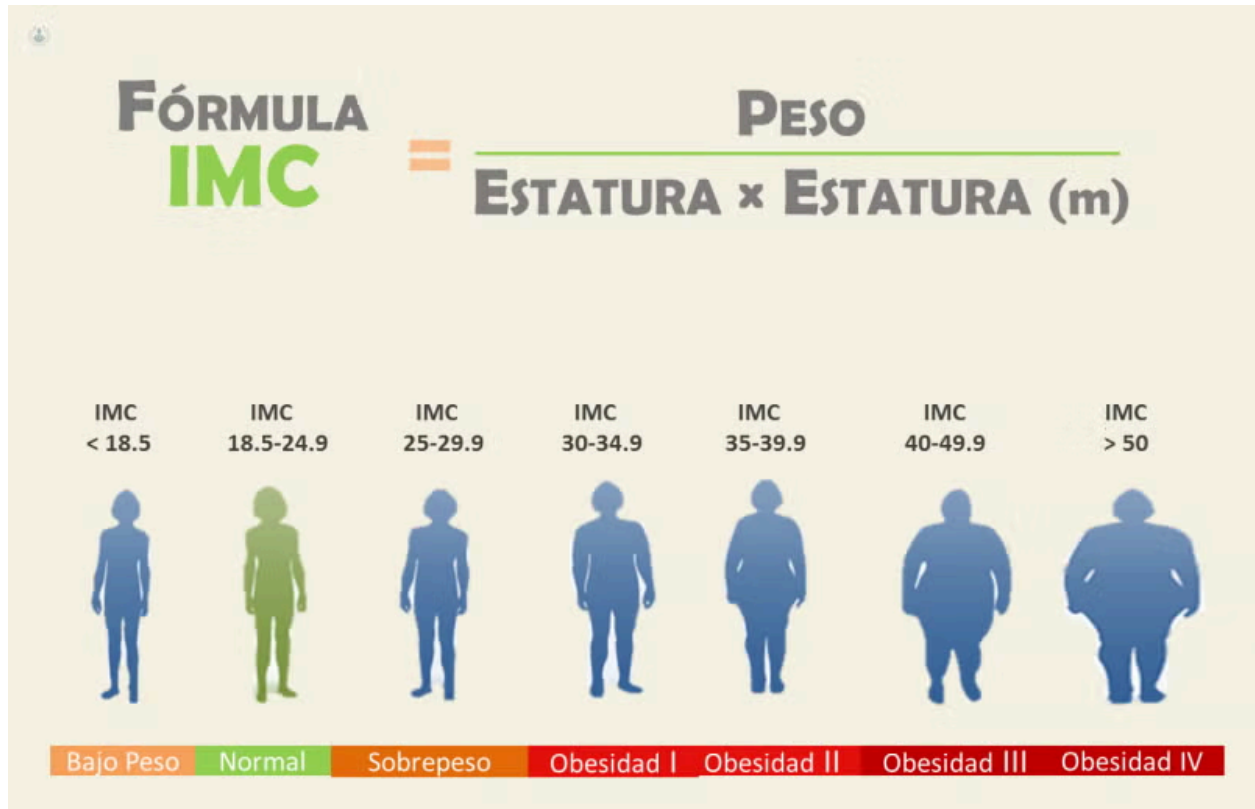
- SYS mmHg: mayor o igual a 180
- DIA mmHg: mayor o igual a 120

*Consulta a tu médico inmediatamente.

Tenga en cuenta el color de cada alerta y su imagen.

2. Índice de Masa Corporal (IMC):

Esta aplicación permitirá a los usuarios calcular su Índice de Masa Corporal (IMC) ingresando su peso en kilogramos y su altura en metros. El resultado indica la categoría de peso en la que se encuentra el usuario, como: Bajo Peso, Peso Normal, Sobrepeso, Obesidad grado 1, Obesidad grado 2, Obesidad grado 3 y Obesidad grado 4.



Tenga en cuenta el color de cada alerta y su imagen.

3. Temperatura Corporal

Esta aplicación permitirá a los usuarios evaluar su temperatura corporal ingresando su temperatura en grados Centígrados. El resultado indica la categoría de la temperatura, como hipotermia, temperatura baja, temperatura normal, febrícula, fiebre moderada, fiebre alta, hipertermia e hiperpirexia.

Categorías de Temperatura

- **Hipotermia:** Menor a 35.0 °C
- **Temperatura baja:** Entre 35.0 °C y 35.9 °C
- **Temperatura normal:** Entre 36.0 °C y 37.4 °C
- **Febrícula:** Entre 37.5 °C y 37.9 °C
- **Fiebre moderada:** Entre 38.0 °C y 38.9 °C
- **Fiebre alta:** Entre 39.0 °C y 39.9 °C
- **Hipertermia:** Entre 40.0 °C y 40.9 °C
- **Hiperpirexia:** Mayor o igual a 41.0 °C



Tenga en cuenta el color de cada alerta y su imagen.

4. Aplicación de Evaluación de Peso y Altura

La aplicación de evaluación de peso y altura estará diseñada para ayudar a los usuarios a comparar sus datos de peso y altura con una tabla estándar basada en sexo y grupos de edad.

Datos de Referencia

La aplicación utiliza la siguiente tabla de referencia:

Hombres

Edad	Peso (kg)	Altura (cm)
11 a 14	45	157
15 a 18	66	176
19 a 24	72	177
25 a 50	79	176
51 y más	77	173

Mujeres

Edad	Peso (kg)	Altura (cm)
11 a 14	46	157
15 a 18	55	163
19 a 24	58	164
25 a 50	63	163
51 y más	65	160

Tenga en cuenta el color de cada alerta, utilizar Pill badges y su imagen.

