

INFORME INTEGRAL DE ANÁLISIS DE SALUD ALIVIA UC

Salud General

Puntaje actual: 8/10

Tendencia: estable

Análisis:

El paciente se autoevalúa con un estado general 'muy bien', lo que indica una percepción positiva de su salud. Está tomando sus medicamentos sin efectos adversos y no ha experimentado crisis de dolor, aunque reporta una intensidad de dolor general de 3 sobre una escala no especificada. No ha utilizado medicamentos SOS y no identifica gatillantes para el aumento de síntomas. Sin embargo, no ha realizado los ejercicios recomendados, citando 'flojera' como razón. Duerme 6 horas, pero no se especifica la calidad del sueño. El nivel de fatiga es bajo (1), y la emoción predominante es 'alegría'. No hay mejora en el dolor, pero el malestar gastrointestinal es bajo (1) y hay una ligera variación de peso (2). La sensación de cumplimiento de metas es alta (10).

Recomendaciones:

Se recomienda al paciente intentar incorporar los ejercicios recomendados en su rutina para mejorar su salud general y posiblemente reducir la intensidad del dolor. También podría beneficiarse de mejorar la calidad del sueño, ya que actualmente duerme solo 6 horas. Mantener la adherencia a los medicamentos es positivo y debe continuar. Se sugiere explorar técnicas de motivación para superar la 'flojera' y fomentar una rutina de ejercicio regular.

INFORME INTEGRAL DE ANÁLISIS DE SALUD ALIVIA UC

Calidad Del Sueño

Puntaje actual: 7/10

Tendencia: estable

Análisis:

El paciente reporta un estado general 'muy bien' y no experimenta efectos adversos de medicamentos. Sin embargo, la calidad del sueño no fue evaluada explícitamente, aunque se registraron 6 horas de sueño. La intensidad del dolor es baja (3) y no hubo crisis de dolor. El nivel de fatiga es mínimo (1), y la emoción predominante es alegría. No realizó los ejercicios recomendados debido a 'flojera', lo que podría influir en la calidad del sueño y el bienestar general. El malestar gastrointestinal es leve (1) y hay una ligera variación de peso (2). La sensación de cumplimiento de metas es alta (10).

Recomendaciones:

Se recomienda evaluar la calidad del sueño de manera más detallada en futuros registros. Además, se sugiere motivar al paciente a realizar los ejercicios recomendados para mejorar el bienestar general y posiblemente la calidad del sueño. Mantener el seguimiento del malestar gastrointestinal y la variación de peso para evitar complicaciones futuras.

INFORME INTEGRAL DE ANÁLISIS DE SALUD ALIVIA UC

Actividad Física

Puntaje actual: 8/10

Tendencia: estable

Análisis:

El paciente reporta un estado general 'muy bien' y no presenta efectos adversos de medicamentos. Sin embargo, no realizó los ejercicios recomendados debido a 'flojera', lo que podría afectar su salud a largo plazo si se convierte en un hábito. El nivel de dolor es bajo (3) y no ha tenido crisis de dolor. La fatiga es mínima (1) y la emoción predominante es 'alegría', lo que sugiere un buen estado emocional. El paciente duerme 6 horas, pero no se reporta la calidad del sueño. Hay una ligera variación de peso (2) y un leve malestar gastrointestinal (1). La sensación de cumplimiento de metas es alta (10), lo que indica satisfacción personal.

Recomendaciones:

Se recomienda al paciente que intente superar la 'flojera' y realice los ejercicios recomendados para mantener y mejorar su estado físico. Además, sería beneficioso evaluar y mejorar la calidad del sueño para asegurar un descanso adecuado. Mantener un seguimiento de la variación de peso y el malestar gastrointestinal para evitar complicaciones futuras.